OGGI CUCINO

RCS FIEG
N°16 - 2017 €0,50
Allegato a OGGI n° 33 - 2017
Prezzo complessivo di € 2,50

71 ricette a soli € 0,50

VIP IN CUCINA

ORIETTA BERTI

- NON RESISTO A ERBAZZONE, ZUPPA IMPERIALE E ARAGOSTA ALLA CATALANA
- AMO IL PESCE CRUDO MA NIENTE SUSHI: DETESTO LE ALGHE
- MIO FIGLIO OMAR CUCINA VERE PRELIBATEZZE

Spaghetti con acciughe, capperi e olive

I PIATTI ESTIVI PIÙ VELOCI E GUSTOSI

SPAGHETTATA DI MEZZANOTTE

Club sandwich con salmone e robiola

Involtini di petto di pollo e verdure grigliate

Milkshake di mirtilli e gelato bianco alla soia

SOMMARIO

OGGI CUCINO
NUMERO 16 - 10 AGOSTO 2017

TUTTI I GIORNI

VIP IN CUCINA

DIVERTIAMOCI

WEEKEND

GUSTO & BENESSERE

RUBRICHE

LINGUINE AI PINOLI
Con zucchine e radicchio, e una spolverata di pecorino.

SFOGLIATA ALLA RICOTTA
Con spinaci, prosciutto cotto e salame, perfetta per il menu di Ferragosto.

CURCUMA
Potenzia il suo effetto benefico con il pepe nero, macinato fresco.

22

FILETTI DI PESCE IMPANATI
Da accompagnare con fagiolini gialli e cipolline per un secondo piatto leggero, fresco e invitante.

ORIETTA BERTI
«Lo chef di casa è mio figlio, cucina vere prelibatezze: io lavo tutti i suoi pentolini»

All'interno del "sacco", consistente e sapido,

Burrata, fresca e voluttuosa

ECCELLENZA PUGLIESE, È UN FORMAGGIO A PASTA FILATA DALLE CARATTERISTICHE UNICHE. RICORDA LA MOZZARELLA MA **HA UN CUORE SUCCULENTO, A CUI È DIFFICILE RESISTERE**

Si tratta di un formaggio tipico della Puglia, originario di Andria, ma prodotto in tutta la regione con latte vaccino. È fatta di due parti: una esterna, di consistenza e aspetto simile alla mozzarella, che funge da contenitore per la parte interna, composta dalla stessa parte esterna sfilacciata e mescolata con panna, che prende il nome di "stracciatella". Il "contenitore" viene poi chiuso facendo un nodo con la pasta. Il colore è bianco lucente, la superficie liscia e al palato ha un sapore dolce e fondente, che ricorda quello del burro. È facilmente deperibile e va mangiata sempre freschissima.

scopri la "stracciatella", dolce e fondente, grazie alla presenza della panna

Sfogliette con salsa ai peperoni

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 1 h** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare - 200 g di burrata - 2 peperoni rossi - 8 filetti di acciuga sott'olio - 40 g di mandorle a lamelle - 2 rametti di menta - 40 g di olive denocciolate - 1 tuorlo - olio di oliva extravergine - aceto balsamico - sale - pepe*

● **Metti i peperoni** su una placca foderata con carta da forno e falli abbrustolire in forno già caldo a 200 °C per 30 minuti circa, girandoli man mano finché la pelle tenderà a staccarsi. Avvolgili poi nella stagnola e lasciali intiepidire.

● **Trita le olive** con qualche foglia di menta e i filetti di acciuga. Srotola la sfoglia sulla carta della confezione, distribuisci su metà rettangolo la farcia alla menta, quindi ripiega sopra la parte vuota, sigillando i bordi. Taglia la sfoglia ripiena in 4 pezzi, che sistemerai su una placca foderata con carta da forno.

● **Spennella le sfogliette** con il tuorlo diluito con poca acqua, distribuisci sopra le mandorle e inforna a 220 °C per 5 minuti, poi abbassa a 180 °C e cuoci ancora per 10-12 minuti.

● **Priva i peperoni** della buccia e dei semi e frullali con un filo di olio, sale, pepe e qualche goccia di aceto. Sforna le sfogliette calde, distribuisci sulla superficie la burrata a pezzi, il resto della menta e servi con la salsa di peperoni.

Con speck e arancia

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 30' **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *4 piccole burrate da 100 g - 1 arancia non trattata - 1 piccola arancia - 120 g di speck a fette sottili - olio di oliva extravergine - sale - peperoncino secco*

● **Taglia l'arancia non trattata** a fette, disponile in una placca foderata con carta da forno, cospargile con un pizzico di sale e una presa di peperoncino, ungile con un filo di olio e cuocile in forno già caldo a 200 °C per 5 minuti, poi accendi anche il grill e falle abbrustolire. Trasferiscile infine su un piatto per farle intiepidire, conservando in una ciotolina il fondo di cottura.

● **Pela l'arancia** rimasta al vivo, ricavando gli spicchi. Sgocciola le burrate dal latticello e disponile sui piatti con gli spicchi di arancia e lo speck. Incidi ogni burrata con un piccolo taglio, disponi dentro le fette di arancia arrostite e il loro fondo di cottura, completa con un pizzico di peperoncino, ancora un filo di olio e servi.

Fusilli con salvia e pomodorini

COSTO: basso
TEMPO: 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di fusilli - 200 g di burrata - 500 g di pomodorini - 1 spicchio di aglio - 2 rametti di salvia - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe - peperoncino in polvere*

● **Cuoci la pasta** al dente in una casseruola con abbondante acqua bollente salata. Sbuccia l'aglio, affettalo e rosolalo in una padella capiente con l'olio e le foglie di salvia, mescolando. Unisci i pomodorini tagliati a metà e falli appassire a fuoco medio-alto per 3-4 minuti con un pizzico di peperoncino e di sale.

● **Scola i fusilli**, trasferiscili nella padella con il condimento e lasciali insaporire bene, mescolando. Distribuiscili nei piatti, metti al centro la burrata divisa in 4 parti, condisci con un po' di pepe e di peperoncino e servi.

Pennette in salsa piccante

COSTO: basso
TEMPO: 45'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di pennette - 200 g di burrata - 100 g di guanciale - 400 g di pomodori perini - 1 peperoncino piccante - 1 ciuffo di basilico - 50 ml di vino bianco - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Taglia i pomodori** a pezzetti. Trita il peperoncino, privandolo dei semi. Taglia il guanciale a striscioline e rosolalo in un tegame con il peperoncino e 1 cucchiaio di olio, a fuoco vivo, per 2 minuti. Bagna con il vino e lascialo evaporare. Scola il guanciale con un mestolo forato e tienilo da parte.

● **Metti i pomodori** nel tegame con il fondo di cottura del guanciale e qualche foglia di basilico, mescola e cuoci per 5 minuti, salando verso la fine. Aggiungi il guanciale e cuoci ancora per 15 minuti.

● **Cuoci la pasta** al dente, trasferiscila nel tegame e lasciala insaporire per 1 minuto. Completa con la burrata, qualche foglia di basilico, un filo di olio, una spolverizzata di pepe e servi.

Focacce alla cipolla e balsamico

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: media** **TEMPO: 1 h e 30' + riposo** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *250 g di farina più quella per la lavorazione - 300 g di burrata - 4 cipolle - 10 g di lievito di birra - 20 g di strutto - 2 rametti di rosmarino - aceto balsamico - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Sbriciola il lievito** in una ciotola con 2 cucchiai di acqua tiepida, unisci 40 g di farina, mescola e fai riposare per qualche minuto, poi forma una palla, infarinala, mettila in una ciotola, coprila e lasciala lievitare per 1 ora. Sbuccia le cipolle, affettale finissime, mettile in un colino con una spolverizzata di sale e lascia che perdano l'acqua di vegetazione.

● **Setaccia la farina** rimasta su un piano, disponi al centro la pallina lievitata, lo strutto, 4 cucchiai di olio e un pizzico di sale e lavora energicamente gli ingredienti unendo se necessario un po' di acqua. Forma una palla, incidila a croce, coprila con un telo infarinato e lascia lievitare per 2 ore in un luogo tiepido. Ungi di olio 4 tortiere antiaderenti, distribuisci in ciascuna una porzione di pasta e lascia riposare per 30 minuti.

● **Disponi le cipolle** ben asciugate e gli aghi di rosmarino sulla superficie, condisci con un filo di olio e cuoci in forno già caldo a 220 °C per 30-35 minuti. Sforna le focacce, aggiungi subito la burrata tagliata a grossi pezzi, un filo di aceto balsamico, un po' di pepe e servi.

Insalata di avocado, fragole e coulis di pomodoro

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 30' + riposo **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *150 g di rucola - 1 grossa burrata - 1 grosso avocado maturo - 1 limone - 300 g di fragole - 400 g di pomodori maturi - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Immergi i pomodori** in acqua bollente per 1 minuto, poi spellali, elimina i semi, tagliali a pezzetti e lasciali sgocciolare in un colino per 30 minuti. Sbuccia l'avocado, elimina il nocciolo e taglia a fettine la polpa spruzzandola subito con succo di limone.

● **Disponi la rucola** in un piatto con l'avocado e le fragole a fette e condisci con sale e pepe. Frulla i pomodori con un pizzico di sale e pepe, trasferisci il ricavato in una ciotola e condisci con un filo di olio e un cucchiaino di succo di limone. Disponi la burrata al centro dell'insalata, spolverizza di pepe, aggiungi il coulis di pomodoro e servi.

È un grande classico delle vacanze e una festa

Spaghettata di mezzanotte

LE SERE D'ESTATE SI FA SPESSO TARDI, TRA CHIACCHIERE, PASSEGGIATE, BALLI E DIVERTIMENTO. E C'È SEMPRE CHI LANCIA L'IDEA DI **UNA FORCHETTATA DI PASTA INSIEME. SI PREPARA IN FRETTA**, AL MASSIMO IN 30 MINUTI. E SI RICOMINCIA A FARE BALDORIA

Con pesto di rucola e pancetta

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 30' **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 100 g di rucola - 80 g di pecorino romano - 30 g di pinoli - 100 g di pancetta affumicata a fette - 1 spicchio di aglio - 60 ml di olio di oliva extravergine - sale*

● **Taglia le fette di pancetta** in pezzi più piccoli e abbrustoliscile in una padella antiaderente senza alcun condimento finché diventeranno croccanti, asciugando, quando occorre, con un pezzo di carta da cucina il grasso che rilasceranno.

● **Sbuccia l'aglio** e taglialo a metà. Grattugia il pecorino. Pulisci la rucola, eliminando la parte terminale del gambo. Metti nel bicchiere del frullatore l'aglio, i pinoli, ¾ del formaggio grattugiato, la rucola e una presa di sale, frulla aggiungendo l'olio a filo, fino a ottenere un pesto omogeneo, poi trasferiscilo in un tegame.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali, conservando 1 mestolo di acqua di cottura, trasferiscili nel tegame con il pesto e lasciali insaporire per 1 minuto, unendo se occorre l'acqua tenuta da parte. Distribuisci la pasta nei piatti, aggiungi la pancetta abbrustolita, spolverizza con il formaggio rimasto e servi.

da gustare con gli amici. Perché in compagnia è ancora più saporita

Con speck e capperi

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ:** bassa **TEMPO:** 30' **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 500 g di polpa di pomodoro - 20 g di parmigiano a scaglie - ½ peperoncino piccante - 1 fetta di speck da 100 g - 30 g di capperi sott'aceto - 1 ciuffo di prezzemolo - 3 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Taglia lo speck** a cubetti di piccole dimensioni. Scalda l'olio in un tegame capiente, unisci lo speck e fallo rosolare per 2 minuti, aggiungi poi qualche foglia di prezzemolo finemente tritata, la polpa di pomodoro, il peperoncino tagliato a fettine sottili e lascia cuocere per 15 minuti, mescolando di tanto in tanto e salando alla fine.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali, trasferiscili nel tegame con il sugo, aggiungi i capperi sgocciolati e lascia insaporire per 1 minuto. Distribuisci la pasta nei piatti, cospargila con le scaglie di parmigiano e servila.

Con mozzarella e rucola

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 20' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 300 g di mozzarella - 400 g di pomodorini - 1 mazzetto di rucola - 50 g di pinoli - 1 costa di sedano bianco - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Taglia la mozzarella** a cubetti di circa 1 cm di lato e falla sgocciolare in un colino. Riduci i pomodorini a cubetti, eliminando i semi. Pulisci la rucola, togliendo la parte terminale del gambo. Fai tostare i pinoli in un tegame antiaderente. Pulisci il sedano, privandolo dei filamenti, poi taglialo a fettine sottili. Metti gli ingredienti preparati in una ciotola, condiscili con l'olio e un pizzico di sale e mescola.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali e trasferiscili nella ciotola con il condimento. Completa con una macinata di pepe e servi.

di mano. Mentre prepari il condimento, porta a bollore l'acqua

Con cipolle rosse e caprino

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 20'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 100 g di caprino - 4 cipolle rosse - 1 limone non trattato - 80 g di olive nere denocciolate - 2 cucchiai di parmigiano grattugiato - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 ciuffo di basilico - 6 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Sbuccia le cipolle**, tagliale a fettine e falle saltare in un tegame capiente con 4 cucchiai di olio per 10 minuti. Cuoci gli spaghetti al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali e trasferiscili nel tegame con le cipolle.

● **Aggiungi le olive**, la scorza del limone grattugiata e qualche foglia di prezzemolo tritata, regola di sale e pepe e fai saltare il tutto per 1 minuto. Distribuisci la pasta nei piatti, unisci il caprino a pezzetti, qualche foglia di basilico, l'olio rimasto, spolverizza di parmigiano e servi.

Con sgombro sott'olio

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 20' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *300 g di spaghetti - 70 g di pane leggermente raffermo - 350 g di sgombro al naturale sgocciolato - 1 spicchio di aglio - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 limone non trattato - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Fai sgocciolare lo sgombro** in un colino fino al momento dell'uso. Trita il pane. Sbuccia l'aglio, schiaccialo e rosolalo in un tegame con 2 cucchiai di olio, poi unisci il pane e fallo dorare per 3 minuti.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali e trasferiscili nel tegame con il pane, aggiungi lo sgombro e lascia insaporire per 1 minuto, mescolando delicatamente.

● **Distribuisci gli spaghetti** nei piatti e condiscili con l'olio rimasto, poi completa con la scorza grattugiata del limone, un po' di prezzemolo finemente tritato e servi.

Al doppio pomodoro

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 25' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 200 g di polpa di pomodoro - 150 g di pomodorini - 20 g di pecorino grattugiato - 1 spicchio di aglio - 30 g di capperi sott'aceto sgocciolati - ½ bustina di zafferano - 1 ciuffo di prezzemolo - olio di oliva extravergine - olio per friggere - sale - pepe*

● **Sbuccia l'aglio**, tritalo e rosolalo per qualche istante in una padella con 4 cucchiai di olio di oliva, poi unisci la polpa di pomodoro, i pomodorini a metà, i capperi e cuoci per 15 minuti, mescolando e salando verso la fine.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata e lo zafferano. Friggi le foglie di prezzemolo in una padella con olio per friggere caldo, poi scolale con un mestolo forato su carta da cucina in modo che perdano l'olio in eccesso.

● **Scola gli spaghetti**, trasferiscili nella padella, completa con il formaggio, un filo di olio di oliva, poco pepe, il prezzemolo fritto e servi.

Con olive, acciughe e capperi

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 20'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 10-12 filetti di acciuga sott'olio - 300 g di pomodori - 30 g di capperi - 50 g di olive nere denocciolate - 1 spicchio di aglio - olio di oliva extravergine - timo - sale*

● **Lascia sgocciolare le acciughe** in un colino fino al momento di usarle. Sbuccia l'aglio, tritalo finemente e rosolalo in una padella con un filo di olio. Aggiungi i pomodori tagliati a metà e cuoci coperto, a fuoco dolce, per 10 minuti, mescolando ogni tanto e salando verso la fine. Unisci le olive tagliate a rondelle, i capperi, le acciughe tagliate a pezzetti di 2 cm e qualche fogliolina di timo.

● **Cuoci gli spaghetti** al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata, scolali e condiscili con il sugo. Distribuisci la pasta nei piatti e servila.

La semplicità è di casa

SCEGLI SAPORI IN ARMONIA FRA LORO E PREPARA RICETTE FACILI DA REALIZZARE, BUONE E **BELLE DA PORTARE IN TAVOLA**

Torta salata con pomodorini e rucola

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 40' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare - 150 g di crescenza - 200 g di caprino - 100 g di gorgonzola dolce - 20 g di pecorino romano - 500 g di pomodorini - 1 mazzetto di rucola - 1 ciuffo di erbe miste (basilico, erba cipollina, aneto) - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Srotola la pasta sfoglia** in una teglia rettangolare lasciando sul fondo la carta in cui è arrotolata, bucherella la superficie con i rebbi di una forchetta, coprila con un foglio di carta da forno e legumi secchi e cuoci in forno già caldo a 180 °C per 15 minuti.

● **Prepara un trito** fine di erbe miste. Lavora a crema il caprino in una ciotola, aggiungi il trito di erbe miste, il gorgonzola e la crescenza tagliati a pezzetti, una presa di sale, l'olio e mescola per amalgamare.

● **Taglia i pomodorini** a metà. Togli la pasta sfoglia dal forno, elimina i legumi e il foglio di carta da forno e spalma sulla superficie il mix di caprino, livellandolo con un cucchiaio. Distribuisci sopra i pomodorini con la parte del taglio verso l'alto, metti di nuovo in forno e prosegui la cottura per altri 12 minuti.

● **Pulisci la rucola**, eliminando la parte terminale del gambo. Riduci il pecorino a scaglie con il pelapatate. Sforna la sfoglia e distribuisci sulla torta la rucola, le scaglie di pecorino e una macinata di pepe. Servila calda o a temperatura ambiente.

Insalata di quinoa

COSTO: basso
TEMPO: 45'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *200 g di quinoa bianca - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 2 zucchine - il succo di 1 limone - 1 spicchio di aglio - 3 fili di erba cipollina - basilico - olio di oliva extravergine - sale*

● **Spunta le zucchine**, tagliale a cubetti di circa 1 cm di lato, mettile in una ciotola, aggiungi il succo di limone, 2 cucchiai di olio e una presa di sale e mescola, poi copri con pellicola e metti in frigo.

● **Sciacqua la quinoa** con cura sotto l'acqua corrente e cuocila in una pentola con 400 ml di acqua e una presa di sale per 15 minuti dall'ebollizione. A fine cottura, copri la pentola con il coperchio e lascia raffreddare.

● **Priva i peperoni** di picciolo, semi e filamenti bianchi e tagliali a pezzetti. Sbuccia l'aglio e fallo rosolare in un tegame con un filo di olio, quando sarà dorato, aggiungi i peperoni e cuocili per 5 minuti. A fine cottura, elimina l'aglio, regola di sale e profuma con 4-5 foglie di basilico sminuzzate.

● **Scola le zucchine** dalla marinatura. Trasferisci la quinoa in una insalatiera, aggiungi le zucchine, i peperoni e l'erba cipollina tritata, condisci con 2 cucchiai di olio e una presa di sale e mescola. Distribuisci l'insalata nei piatti, decora con 2-3 foglie di basilico e servi.

Linguine ai pinoli

COSTO: basso
TEMPO: 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di linguine - 4 zucchine piccole - 1 cespo di radicchio trevisano - 60 g di pinoli - 6 cucchiai di pecorino grattugiato - 1 spicchio di aglio - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Spunta le zucchine** e tagliale prima a fettine sottili e poi a bastoncini. Sfoglia il radicchio e spezzettalo. Cuoci le linguine al dente in una pentola con abbondante acqua bollente salata.

● **Sbuccia l'aglio** e fallo rosolare per qualche istante in un tegame con l'olio, poi unisci le verdure preparate e falle saltare a fiamma vivace per 7-8 minuti. A parte, fai tostare i pinoli in un padellino antiaderente.

● **Scola le linguine**, lasciandole umide, trasferiscile nel tegame con le verdure e lasciale insaporire per qualche istante. Prima di servire, completa con il pecorino e i pinoli.

Involtini di petto di pollo e verdure grigliate

COSTO: basso
TEMPO: 40’
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *600 g di petto di pollo a fette - 2 melanzane lunghe - 2 zucchine - 80 g di scamorza a fette - ½ bicchiere di vino bianco - 2 cipolle ramate - 180 g di pomodorini - 12-15 olive nere grosse tipo greche - 20 g di rucola - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Spunta le zucchine** e tagliale per il lungo a fettine sottili, poi arrostiscile su una piastra ben calda 2 minuti per lato. Fai lo stesso con le melanzane.

● **Disponi le fette di pollo** su un tagliere, condiscile con sale e pepe, distribuisci su ciascuna 1 fetta di melanzana e 1 di zucchina, poi 1 fetta di scamorza piegata a metà. Arrotola le fette di pollo su se stesse in modo da formare degli involtini e fermali con stuzzicadenti.

● **Sbuccia le cipolle**, tagliale a fettine sottili e falle appassire per 15 minuti in un tegame con un filo di olio, bagnando con poca acqua. Aggiungi gli involtini e falli rosolare a fuoco vivo per 2-3 minuti, rigirandoli spesso. Bagna con il vino, lascialo evaporare, poi chiudi con il coperchio, abbassa la fiamma e prosegui la cottura per altri 10-12 minuti. Infine, spolverizza con una macinata di pepe.

● **Pulisci la rucola**, eliminando la parte terminale del gambo. Taglia i pomodorini in 4 spicchi. Riunisci le verdure preparate in una ciotola, condisci con un filino di olio, sale e pepe e aggiungi le olive. Distribuisci gli involtini nei piatti e servili con l’insalata preparata.

Insalata di fagioli e tonno

COSTO: basso
TEMPO: 25’
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *300 g di tonno sott’olio sgocciolato - 400 g di fagioli bianchi lessati - 4 carote - 2 scalogni - 50 g di mandorle a lamelle - aneto - basilico viola - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Raschia le carote**, tagliale a rondelle e cuocile in acqua bollente salata per 5 minuti, poi scolale e raffreddale subito immergendole in acqua e ghiaccio. Sbuccia gli scalogni e tritali. Sminuzza il tonno. Spezzetta l’aneto. Fai tostare le mandorle in un padellino antiaderente.

● **Mescola i fagioli** in una ciotola con le carote, il tonno, gli scalogni e l’aneto e condisci l’insalata con un filo di olio e una presa di sale. Distribuiscila nei piatti, completa con le mandorle tostate, qualche fogliolina di basilico e una macinata di pepe e servi.

Cubetti di mozzarella nel ripieno e per guarnire

Torta con pomodori, olive e cipolle

COSTO: basso
TEMPO: 50'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 6 PERSONE

INGREDIENTI: *180 g di farina - 3 uova - 80 g di parmigiano grattugiato - 100 ml di latte - 1 bustina di lievito istantaneo - 500 g di pomodori perini - 200 g di mozzarella - 2 cipolle - 100 g di olive nere denocciolate - basilico - origano secco - timo - 50 ml di olio di oliva extravergine - sale - pepe - burro e farina per la teglia*

● **Taglia le olive** a rondelle. Riduci i pomodori a cubetti, eliminando i semi. Sbuccia le cipolle e tritale. Prepara un trito di basilico e timo. Sguscia le uova in una ciotola, unisci le erbe, il latte, l'olio, il parmigiano e un pizzico di origano, regola di sale e pepe e mescola. Setaccia la farina con il lievito e incorporala alle uova, poi aggiungi le olive, ¾ dei pomodori e le cipolle e mescola per amalgamare.

● **Trasferisci il composto** in una teglia di 20-22 cm di diametro imburrata e infarinata, distribuisci sulla superficie la mozzarella tagliata a cubetti, aggiungi i pomodori rimasti e un pizzico di origano e cuoci la torta in forno già caldo a 180 °C per 25 minuti. Sfornala, lasciala intiepidire, poi guarnisci con qualche foglia di basilico e qualche rametto di timo e servila tagliata a spicchi.

Zuppa fredda di carote

COSTO: basso
TEMPO: 50'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *500 g di carote - 2 cipolle - 2 patate - 200 g di pomodori da sugo - 1 l di brodo - 250 g di mozzarella fiordilatte - 2 cucchiaini di paprica dolce - 1 ciuffo di cerfoglio - olio di semi di mais - sale - 1 cucchiaio di bacche di pepe rosa*

● **Immergi i pomodori** in acqua bollente per 1 minuto, scolali, poi spellali e tagliali in 4 parti, eliminando i semi. Raschia le carote e tagliale a pezzetti. Pela le patate e riducile a pezzi.

● **Sbuccia le cipolle**, tritale e falle rosolare per 15-20 minuti in una casseruola con 4 cucchiai di olio, bagnando con poca acqua. Unisci i pomodori, le carote, le patate, il brodo, porta a ebollizione e cuoci per 20 minuti, salando verso la fine. A fine cottura, passa tutto con un passaverdure e lascia raffreddare.

● **Taglia la mozzarella** a cubetti e lasciala sgocciolare per 10 minuti in un colino. Sminuzza il cerfoglio. Pesta finemente in un mortaio le bacche di pepe rosa e mescolale con la paprica.

● **Distribuisci la zuppa** nelle ciotole, cospargi con i cubetti di mozzarella e il cerfoglio e spolverizza con il mix di spezie preparato. Prima di servire, completa con qualche goccia di olio a crudo.

SALUMI BERETTA
TUTTI NE VOGLIONO UNA FETTA.

Fratelli Beretta 1812

Fresca Salumeria

PROSCIUTTO COTTO
ALTA QUALITÀ

MADE IN ITALY

SENZA:
✓Glutine
✓Lattosio
✓Polifosfati aggiunti

APRI QUI

FRESCA SALUMERIA BERETTA: TANTI SALUMI ITALIANI, BUONI, GUSTOSI E GIÀ AFFETTATI.

www.fratelliberetta.it

Vinci la sete con sei

Di pesche gialle e fragole

Per 4 persone
Sbuccia 4 pesche gialle, elimina il nocciolo, tagliale a fettine, trasferiscile in una ciotola e spolverizzale con 2 cucchiai di zucchero semolato o a velo. Priva del picciolo 200 g di fragole e mettile nel bicchiere del frullatore. Aggiungi 500 ml di latte, le pesche con il loro succo, frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo e distribuiscilo nei bicchieri. Prima di servire, guarnisci i frullati con pezzetti di pesca infilati su degli spiedini di legno e rametti di menta fresca.

Di banane e latte di capra

Per 4 persone
Prepara uno sciroppo di zucchero: riunisci in un pentolino dal fondo spesso 60 g di zucchero di canna e 60 ml di acqua, porta a ebollizione e lascia sobbollire per 5 minuti, poi spegni il fuoco e fai raffreddare. Sbuccia 5 banane, tagliale a fette, spruzzale con succo di limone per non farle annerire, poi mettile nel bicchiere del frullatore. Aggiungi 2-3 cucchiai di sciroppo di zucchero, 4 cubetti di ghiaccio, 400 ml di latte di capra, frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo, distribuiscilo nei bicchieri e servilo subito. Completa, se ti piace, spolverizzando la superficie dei frullati con cannella in polvere.

Di mirtilli e gelato bianco alla soia

Per 4 persone
Lava 400 g di mirtilli, mettine da parte 4 cucchiaini, che terrai per la decorazione, e metti gli altri nel bicchiere del frullatore. Unisci il succo di ½ limone, 4 palline di gelato bianco alla soia, 4 cubetti di ghiaccio, 500 ml di acqua fredda gassata e frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo. Mescola 2 cucchiai di cereali con 1 cucchiaio di mandorle pelate, tritali finemente, uniscili al frullato e mescola. Distribuisci il frullato nei bicchieri, completa con 1 cucchiaino di mirtilli e 1 di cereali e servi.

golosissimi frullati

Di frutti rossi e latte di mandorla

Per 4 persone

Lava in un colino 300 g di frutti rossi a tua scelta tra mirtilli, ribes, lamponi, more e fragole. Priva 300 g di fragole del picciolo, poi taglia a metà quelle più grandi. Riunisci la frutta nel bicchiere del frullatore, aggiungi 150 g di zucchero e lascia macerare per 10 minuti, poi frulla e passa la purea ottenuta attraverso un setaccio per eliminare i semi. Sbuccia 2 mele, elimina il torsolo e taglia la polpa a pezzetti. Metti di nuovo nel frullatore la purea di frutti rossi, aggiungi le mele, 400 ml di latte di mandorla, frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo, distribuiscilo nei bicchieri e servi.

Di mango e lamponi

Per 4 persone

Prepara uno sciroppo di zucchero: riunisci in un pentolino dal fondo spesso 60 g di zucchero di canna e 60 ml di acqua, porta a ebollizione e fai sobbollire per 5 minuti, poi lascia raffreddare. Lava 200 g di lamponi delicatamente. Sbuccia 2 manghi e taglia la polpa a pezzetti. Sbuccia 1 banana, riducila a fette e mettila nel frullatore. Unisci il resto della frutta, lo sciroppo di zucchero, 500 ml di latte di cocco, frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo, distribuiscilo nei bicchieri e servi.

Di mango, yogurt e zenzero candito

Per 4 persone

Pulisci 300 g di ananas, eliminando buccia e torsolo, poi taglia la polpa a pezzi. Sbuccia 4 grossi manghi, con uno scavino ricava dalla polpa 12 palline, che terrai da parte, poi taglia la polpa rimasta a pezzetti e mettila nel bicchiere del frullatore. Aggiungi l'ananas, 4 cubetti di ghiaccio, 3 vasetti di yogurt bianco dolce, 25 g di zenzero candito, 300 ml di latte di riso, frulla gli ingredienti fino a quando avrai ottenuto un mix omogeneo e distribuiscilo nei bicchieri. Guarnisci i frullati con 1 cucchiaino di pistacchi non salati sgusciati e tagliati a bastoncini e 3 palline di mango ciascuno infilzate negli spiedini.

ORIETTA BERTI
I classici emiliani? Li mangio pure di nascosto

NON RESISTE A **ERBAZZONE, ZUPPA IMPERIALE E ARAGOSTA ALLA CATALANA**. A VOLTE CEDE AL FRITTO DELLA ROSTICCERIA. AI FORNELLI, PERÒ, È UN TIPO PRATICO: USA ANCHE **BRODO MATTO E SALSA PRONTA AL PREZZEMOLO**

Orietta Berti, nome d'arte di Orietta Galimberti, 72, è sposata da 50 anni con Osvaldo Paterlini e ha due figli, Omar e Otis. Nella sua carriera ha venduto oltre 15 milioni di dischi, ottenendo quattro dischi d'oro, uno di platino e due d'argento.

Ha festeggiato 50 anni di carriera ed è ancora sulla cresta dell'onda: Orietta Berti, ospite fissa dell'ultima stagione del salotto di *Che fuori tempo che fa* di Fabio Fazio, ha appena lanciato un nuovo singolo, *Io potrei*. Soprannominata la "capinera dell'Emilia" (da Silvio Gigli) e anche "l'usignolo di Cavriago", ha le radici ben piantate nella sua terra di origine. Anche quando si parla di cucina.

Orietta, cominciamo dai suoi tre piatti preferiti.
«Il primo è un peccato di gola a cui non so resistere: l'erbazzone al forno, una torta salata tipica di Reggio Emilia. A me piace la versione con il lardo, veda un po' lei. Vado al forno con la scusa di comprare il pane e me la mangio di nascosto in macchina, così nessuno mi sgrida. Sa, dovrei iniziare la dieta...».

Un altro piatto a cui proprio non sa resistere?
«Un altro classico emiliano: la zuppa imperiale. In genere si fa in inverno, sotto Natale: si prepara una torta a base di formaggio, uova e semolino, si mette in forno 20 minuti, poi si taglia a cubetti e si mette nel brodo bollente et voilà, la zuppa è pronta. In casa mia non manca mai».

E poi?
«Terzo e ultimo piatto: l'aragosta alla catalana, con tante verdure». ➜

Aragosta alla catalana

COSTO: medio **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 30'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *1 aragosta da 800 g - 2 cipollotti - 2 coste di sedano bianco - 500 g di pomodori - 1 ciuffo di prezzemolo - brodo vegetale - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Lega l'aragosta** su un'assicella di legno con dello spago da cucina in modo che non perda la forma durante la cottura e lessala per 15 minuti in abbondante brodo bollente, poi lasciala intiepidire, scolala e lasciala raffreddare. Stacca la coda dalla testa. Taglia il carapace sul dorso, separa la polpa dal carapace ed elimina il filo intestinale. Taglia la polpa a rondelle e riuniscila in una ciotola. Taglia la testa a metà e recupera i succhi che usciranno e filtrali nella ciotola sull'aragosta.

● **Taglia i pomodori** a spicchi ed elimina i semi, poi tagliali a cubetti di piccole dimensioni. Elimina i filamenti esterni del sedano, taglia le coste a fettine sottili e trita finemente le foglie. Sbuccia i cipollotti e tagliali a rondelle. Trasferisci tutte le verdure nella ciotola con l'aragosta. Aggiungi 2-3 foglie di prezzemolo tritate, condisci con una presa di sale, una leggera macinata di pepe e l'olio e mescola per amalgamare tutti gli ingredienti. Distribuisci l'insalata nei piatti e servila.

«Sì al pesce crudo, no al sushi: detesto le alghe»

Erbazzone con il lardo

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 15'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4-6 PERSONE

INGREDIENTI: *500 g di pasta brisée - 1,3 kg di erbette - 100 g di lardo - 4 cipollotti - 1 spicchio di aglio - 170 g di parmigiano grattugiato - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

- **Pulisci le erbette**, eliminando la parte terminale del gambo. Priva i cipollotti della radice e della parte verde più dura, poi tagliali a rondelle. Taglia a dadini il lardo. Rosola l'aglio sbucciato in un tegame con 4 cucchiai di olio, poi unisci i cipollotti, il lardo e cuoci per 10 minuti. Aggiungi le erbette, sale, pepe, copri e cuoci per 10 minuti. Fai raffreddare, quindi aggiungi 150 g di parmigiano.
- **Dividi la pasta** in due panetti, uno più piccolo dell'altro, stendili, quindi utilizza quello più grande per foderare una teglia da 24 cm oliata. Disponi dentro le verdure, spolverizza con il parmigiano rimasto, quindi ricopri con il disco di pasta più piccolo, sigillando bene i bordi. Cuoci infine in forno già caldo a 200 °C per 30 minuti. Servi subito.

Zuppa imperiale

COSTO: basso
TEMPO: 40'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *4 uova - 100 g di parmigiano grattugiato - 50 g di burro - 100 g di semolino - noce moscata - 1 litro di brodo di carne - 4-5 fili di erba cipollina - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

- **Metti il formaggio grattugiato** in una ciotola, unisci il semolino, il burro fuso, le uova, una generosa macinata di noce moscata, sale e mescola per amalgamare gli ingredienti.
- **Versa il composto** ottenuto in una teglia rivestita con un foglio di carta da forno, livellalo con un cucchiaio e cuocilo in forno già caldo a 180 °C per 30 minuti. A fine cottura sfornalo, lascialo raffreddare e poi taglialo a cubetti di 1 cm di lato.
- **Distribuisci il semolino** nei piatti. Aggiungi il brodo caldo, unisci l'erba cipollina tritata, una macinata di pepe, un filo di olio a crudo e servi.

Le piace cucinare?
«Sì, ma cucino cose semplici. Il vero chef di casa è mio figlio Omar: arriva a casa nostra, fa cose elaborate buonissime, poi però mi lascia almeno 12 pentolini sporchi nel lavandino, un disastro».

La sua passione per i piatti della tradizione emiliana è indiscutibile. Ama anche cose alla moda come il sushi?
«Adoro il pesce crudo, ma non mi piacciono il riso e le alghe che mettono intorno, quindi al ristorante giapponese prendo solo il sashimi. Le dirò, il pesce cotto perde sapore, sembrano tutti uguali, quindi ben venga il crudo».

Compra mai prodotti già pronti?
«Spesso. La salsa di prezzemolo, per esempio, che è buonissima sul lesso o sulle bistecche. Da fare in casa è un disastro: il prezzemolo si attacca alle pentole e non va più via. La compro già fatta in un negozio di fiducia del mio paese, Montecchio Emilia. Proprio come il fritto: preferisco prenderlo in rosticceria, così non ho odori in casa».

Si presentano per cena ospiti all'ultimo minuto, che cosa prepara?
«Nessun problema, in dispensa ho sempre scorte di "brodo matto", il brodo magro con aglio che ci piace tanto, nonché di cappelletti e zuppa imperiale, per non parlare di salumi e affettati. Impossibile cogliermi impreparata».

Dea Verna

Curiamo il Produttore
Coccoliamo il Consumatore

RICETTA

Cheesecake di Ricotta e frutti rossi

INGREDIENTI: Per la base: 125g di burro, 280g di biscotti secchi, 30 ml acqua.
Per la farcitura: 750g di ricotta Vela Bianca, 4 uova, 150g di zucchero a velo, un cucchiaio di essenza di vaniglia, la scorza di limone di mezzo limone. Per la copertura: 250g di frutti rossi (lamponi, fragoline), 2 cucchiai di zucchero, 60 ml di acqua.

PREPARAZIONE: Con il mixer frullate i biscotti secchi con il burro ammorbidito e l'acqua. Disponete il composto ottenuto in una teglia circolare a cerniera di 24-26 cm rivestita di carta forno. Sempre con il mixer frullate le uova con lo zucchero e aggiungete la ricotta, la vaniglia e la scorza di limone. Versate il composto sopra la base di biscotto e infornate a 170° per 45-50 minuti (la crema dovrà assumere un bel colorito dorato).
Nel frattempo preparate la copertura: mettete su di un tegame l'acqua (circa una tazzina da caffè), lo zucchero e lasciate bollire. Abbassate la fiamma e versate a questo punto i frutti rossi e, mescolando, proseguite la cottura per un minuto. Una volta che il dolce s'è freddato sformate e versate la copertura.

Spedizione Gratuita*
CODICE ARGOC09
vieni a trovarci sul nostro negozio online
www.argiolasformaggi.com/shop

www.argiolasformaggi.com

*promozione valida sul primo acquisto
per spedizioni in Italia, fino alle ore 23:59 del 31 Agosto 2017

Azzarda una panatura al cocco, stupisci con

Scatenati e osa! È Ferragosto

COGLI L'OCCASIONE E ROMPI GLI SCHEMI: **MESCOLA LA FRUTTA CON IL SALATO** E OFFRI AI TUOI OSPITI UN MENU CREATIVO. **NESSUNO RIMPIANGERÀ I GRANDI CLASSICI**

Antipasto

Rondelle di calamaro fritte al cocco

COSTO: medio **DIFFICOLTÀ:** media
TEMPO: 15' **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *400 g di calamari a rondelle - 60 g di amido di mais - 120 g di farina di cocco - 60 g di farina - 2 lime - olio per friggere - 1 cucchiaino di miele - sale - pepe*

● **Spremi i lime**, poi mescola il succo ottenuto in una ciotolina con il miele, un pizzico di sale e un po' di pepe, fino a ottenere una salsina omogenea.

● **Setaccia l'amido** con la farina in una ciotola, poi unisci la farina di cocco e mescola con cura. Unisci i calamari e fai in modo che vengano ben rivestiti dal mix di farina.

● **Fai dorare i calamar**i in un tegame con abbondante olio ben caldo finché saranno dorati, scolali su carta da cucina, spolverizzali di sale e servili subito ben caldi con la salsina preparata.

Muffin salati alle zucchine e feta

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 1 h e 15' + riposo **PER 4 PERSONE (8 MUFFIN)**

INGREDIENTI: *240 g di farina - 120 g di zucchine - 80 g di feta - 8 pomodori secchi sott'olio - 220 ml di latte - 2 uova - 10 g di lievito in polvere per torte salate - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Spunta le zucchine**, grattugiale finemente, disponile ben allargate su un telo e falle asciugare. Sbriciola la feta e falla scolare in un colino per 30 minuti. Sgocciola con cura 4 pomodori secchi, tritali, mettili in una ciotola, unisci i ¾ della feta, le zucchine e mescola bene.

● **Setaccia la farina** con il lievito e un pizzico di sale. Sbatti le uova con il latte e 50 ml di olio, poi versa il composto a filo sulla farina mescolando energicamente con la frusta. Incorpora il mix alle zucchine, aggiungi un po' di pepe e regola di sale.

● **Metti 8 pirottini di carta da forno** su una placca per muffin, riempili con il composto, inserisci al centro mezzo pomodoro, cospargi con la feta rimasta e cuoci in forno già caldo a 180 °C per 20-25 minuti. Servi i muffin tiepidi o a temperatura ambiente.

Antipasto

Il primo è fatto a strati, ma non è una lasagna.

Sandwich di melanzane al bulgur

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 30' + riposo
DIFFICOLTÀ: media
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *4 grosse melanzane lunghe - 12 grossi pomodori - 300 g di bulgur precotto - 4 piccole cipolle rosse - 1 spicchio di aglio - 1 ciuffo di menta - 4 cucchiai di pecorino grattugiato - peperoncino - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Spunta le melanzane**, ricava 12 fette spesse di dimensioni simili, disponi le fette su una gratella sistemata nel lavello, cospargile di sale e falle sgocciolare per circa 1 ora. Taglia a fette spesse 4 pomodori, privali dei semi e falli sgocciolare nello scolapasta. Sbollenta per 1 minuto i pomodori interi rimasti, spellali, elimina i semi, frullali e poi passali al passaverdura fino a ottenere una purea omogenea.

● **Cuoci il bulgur** per 10 minuti in acqua bollente salata, spegni, copri e lascia riposare per 10 minuti, poi condiscilo con la purea di pomodoro, le foglie di menta, un pizzico di peperoncino, l'aglio tritato, un buon filo di olio, sale, pepe.

● **Sbuccia le cipolle** e tagliale a fette spesse. Sciacqua le melanzane per eliminare il sale, asciugale tamponandole bene e poi cuocile con le cipolle, sulla griglia spennellata con un filo di olio, a fuoco vivace e per 1 minuto per parte.

● **Ungi di olio una pirofila capiente**, disponi sul fondo 4 fette grandi di melanzana, cospargile con il bulgur condito, le cipolle, le fette di pomodoro e con un pizzico di pecorino, quindi prosegui alternando gli ingredienti e terminando con le melanzane, un po' di pepe e il pecorino. Condisci il tutto con l'olio e passa in forno già caldo a 180 °C per 20-25 minuti. Fai riposare per 10 minuti circa prima di servire.

Secondo

Poi, una sfoglia gustosa

Sfogliata alla ricotta, spinaci e salumi

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4-6 PERSONE

INGREDIENTI: *2 rotoli di pasta sfoglia fresca rettangolare - 300 g di ricotta - 100 g di parmigiano grattugiato - 400 g di spinaci - 1 cipolla - 100 g di prosciutto cotto affettato - 100 g di salame affettato - 20 g di pinoli - 1 uovo - 1 tuorlo - latte - olio extravergine di oliva - sale*

● **Fai appassire gli spinaci** in una padella antiaderente con la sola acqua rimasta sulle foglie dal lavaggio. Tosta i pinoli in un padellino antiaderente. Sbuccia la cipolla, tritala e falla appassire con 3 cucchiai di olio per 15 minuti, bagnando con poca acqua. Unisci gli spinaci tritati e cuoci per 1 minuto. Fai raffreddare, unisci la ricotta, l'uovo sbattuto, i pinoli, un pizzico di sale e mescola.

● **Disponi la pasta sfoglia** in una teglia rettangolare, distribuisci sul fondo un primo strato di ricotta agli spinaci, coprilo con le fette di prosciutto cotto e poi aggiungi un altro strato di ricotta. Termina con le fette di salame e l'ultimo strato di ricotta.

● **Copri il ripieno** con la sfoglia rimasta, sigillando i bordi, poi incidi la superficie con dei taglietti in modo che il vapore possa fuoriuscire, spennella con il tuorlo leggermente sbattuto con una cucchiaiata di latte e cuoci in forno già caldo a 220 °C per 15 minuti, poi abbassa a 190 °C e cuoci per circa 30-35 minuti. Servi tiepida o fredda.

Arrosto di maiale al timo e fichi

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 40' + riposo
DIFFICOLTÀ: alta
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *1 kg di lonza di maiale - 20 fichi secchi - 8 fichi freschi verdi e neri - 100 g di pancetta affumicata a fettine - 1 ciuffo di timo - 1 rametto di rosmarino - 500 ml di vino bianco secco - 50 g di burro - 6 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Metti la carne** in una ciotola con il vino, aggiungi la metà del timo e ½ rametto di rosmarino, coprila con un foglio di pellicola e lasciala marinare al fresco per 2 ore, poi scolala, conservando il vino, e asciugala bene.

● **Trita il timo rimasto**. Taglia i fichi secchi a metà, estrai la polpa all'interno, mettila in una ciotola, unisci il burro, la metà del timo e mescola bene. Pratica un'incisione al centro del pezzo di carne, senza però separare le due parti, inserisci nella cavità il mix ai fichi, quindi ricomponi il pezzo di carne, avvolgilo con le fette di pancetta, poi legalo con lo spago da cucina.

● **Metti il pezzo di carne** in una casseruola, condiscilo con l'olio, sale, pepe e il rosmarino rimasto, bagna con la metà del vino tenuto da parte e cuoci in forno già caldo a 200 °C per 45 minuti, girando di tanto in tanto l'arrosto e bagnandolo con il fondo di cottura allungato, se necessario, con altro vino. Aggiungi i fichi freschi e cuoci ancora per 15 minuti.

● **Avvolgi infine l'arrosto** in un doppio foglio di alluminio e lascialo riposare per una decina di minuti. Servilo infine a fette con il fondo di cottura.

Un dolce che ricorda la forma del sole

Torta di mango e frutto della passione con rum e arancia

COSTO: medio DIFF.: media TEMPO: 1 h e 10' + rip. PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *250 g di farina - 2 manghi - 6 frutti della passione - 1 bustina di lievito in polvere per dolci - 150 g di zucchero - 2 uova - 1 arancia non trattata - 125 ml di panna fresca - 100 g di burro - rum - sale*

- **Fai fondere il burro** a bagnomaria. Grattugia finemente la scorza dell'arancia, sbuccia 1 mango, taglia la polpa a pezzettini e mescolala alla scorza con un cucchiaio di rum.
- **Monta i tuorli** con lo zucchero, incorpora la farina setacciata con il lievito, aggiungi il burro fuso e quando il composto sarà omogeneo aggiungi la panna liquida. Monta gli albumi con un pizzico di sale e incorporali delicatamente, dal basso verso l'alto, al composto di farina. Unisci il mango e mescola.
- **Versa l'impasto** in una tortiera sganciabile foderata con carta da forno e cuoci in forno già caldo a 180 °C per 45 minuti. Fai raffreddare il dolce.
- **Taglia la calotta dei frutti della passione**, preleva la polpa con un cucchiaino e profumala con 1 cucchiaino di rum. Sbuccia il mango rimasto, taglia la polpa a fettine sottili e disponila a raggiera sulla superficie del dolce. Aggiungi poi la polpa dei frutti della passione. Fai riposare la torta per almeno 20 minuti prima di servirla.

Club sandwich: piacere a strati

IDEATO DA UNO CHEF NEWYORKESE OLTRE UN SECOLO FA, IL TRAMEZZINO A PIÙ PIANI È UN'OTTIMA RICETTA PER USARE LA FANTASIA

Con pollo e frittata

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 40'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *12 fette di pane bianco a cassetta - 500 g di petto di pollo lessato - 8 foglie di lattuga iceberg - 2 pomodori piccoli da insalata - 4 fette di bacon - 4 uova - 30 g di parmigiano grattugiato - 2 cucchiai di maionese - 2 cucchiaini di senape piccante - 30 g di mostarda di frutta - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Priva le fette di pane** della crosta e tostale in una padella antiaderente ben calda. Taglia a cubetti il petto di pollo. Trita la lattuga. Taglia a fette i pomodori. Rosola il bacon in un padellino antiaderente. Sbatti le uova in una ciotola con il parmigiano, sale e pepe e prepara 16 frittate sottilissime in una padella di 12 cm di diametro unta di olio. Mescola la maionese con la senape. Frulla grossolanamente la mostarda.

● **Spalma 4 fette** di pane con un velo di maionese alla senape e procedi a strati con lattuga, frittata, pomodori, pollo, frittata, mostarda, copri con 4 fette di pane, continua con maionese, lattuga, frittata, lattuga, pollo, frittata e termina con bacon e pane rimasto. Dividi ciascun sandwich a triangolo, ricavandone 8, e servi.

Con salmone e robiola

COSTO: medio **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 30'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *4 fette di pane a cassetta ai cereali bianco - 4 fette di pane a cassetta ai cereali integrale - 8 fette di salmone - 100 g di robiola - 12 fette di caciotta - 1 mazzetto di songino - 60 g di olive nere - 2 falde di peperone giallo sott'olio - 1 limone non trattato - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Priva le fette di pane** della crosta. Dividi in due il limone, ricava 4 fette da una metà e spremi il resto per ricavare il succo. Condisci in un piatto le fette di salmone con il succo di limone, un goccio di olio, sale e pepe. Lavora a crema la robiola. Frulla le olive con un goccio di olio. Riduci a listerelle le falde di peperone sgocciolate.

● **Spalma 2 fette di pane** scuro con la robiola, distribuisci sopra i ciuffi di songino, 4 fette di salmone ciascuno e 2 fette di limone e chiudi con le fette di pane scuro rimaste. Distribuisci su 2 fette di pane bianco le fette di caciotta e le listerelle di peperone e chiudi con le fette di pane rimaste, spalmate con la salsa di olive. Sovrapponi i due tipi di sandwich, tagliali a triangolo, ricavandone 8, e fermali con spiedini di legno.

Con formaggio, carote e ravanelli

COSTO: basso
TEMPO: 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *12 fette di pane a cassetta ai cereali - 150 g di formaggio spalmabile - 6 ravanelli - 50 g di rucola - 1 grossa carota - 1 limone - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Tosta le fette di pane** leggermente in una padella antiaderente ben calda. Taglia a pezzetti i ravanelli. Trita la rucola. Spunta la carota, raschiala e passala su una grattugia a fori grossi, raccoglila in una ciotola, aggiungi la rucola e i ravanelli e condiscili con succo di limone, un goccio di olio, sale e pepe. Lavora il formaggio in una ciotola con sale e pepe.

● **Spalma 4 fette di pane** con il formaggio, distribuisci sopra metà ravanelli, rucola e carota, chiudi con 4 fette di pane e procedi allo stesso modo con gli ingredienti rimasti, terminando con le fette di pane. Taglia i sandwich a triangolo, ricavandone 8, e servi.

Con tonno fresco e mais

COSTO: medio
TEMPO: 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *3 fette lunghe di pane bianco per tramezzini - 500 g di tonno fresco a fette - 8 fette di quartirolo - 8 foglie di lattuga - 150 g di mais in scatola sgocciolato - 100 g di yogurt greco - 1 limone - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Tosta le fette di pane** su una piastra. Metti il tonno in una ciotola e fallo marinare per qualche minuto con il succo del limone, un goccio di olio, sale e pepe, poi sgocciolalo e scottalo per 1 minuto in una padella antiaderente ben calda. Trita la lattuga. Lavora lo yogurt con un goccio di olio, sale e pepe.

● **Disponi le fette di pane** su un piano, spalmane una con la salsa di yogurt, fai uno strato con la metà di lattuga, mais e tonno, copri con un'altra fetta di pane, distribuisci sopra lattuga e mais rimasti, copri con le fette di quartirolo e il resto del tonno, chiudi con la fetta di pane rimasta, poi ricava i sandwich dividendo le fette di pane prima a metà per il lungo e poi ciascuna metà in 4 parti, che fermerai con spiedini di legno.

Con pollo e peperoni

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 35'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *8 fette di pane bianco a cassetta - 4 fette di petto di pollo - 200 g di robiola - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 1 zucchina - 2 cucchiaini di curry in polvere - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Tosta le fette di pane**. Priva i peperoni di picciolo, semi e filamenti bianchi e tagliali in 4 pezzi ciascuno. Spunta la zucchina e affettala a nastri per il lungo. Sistema le verdure in una placca foderata con carta da forno, spennellale con olio, condiscile con sale e pepe e cuocile sotto il grill per 15 minuti.

● **Assottiglia le fette di pollo** con un batticarne, spennellale con olio, condiscile con il curry, sale e pepe, poi rosolale in una padella con un filo di olio caldo, 5 minuti per parte. Lavora la robiola in una ciotola con sale e pepe fino a ottenere una crema omogenea.

● **Farcisci 4 fette di pane** a strati con metà robiola, zucchine, peperoni e pollo e chiudi con le fette di pane rimaste spalmate con il resto della robiola. Taglia i 4 sandwich a triangolo, ricavandone 8, fermali con spiedini di legno e servi.

La colazione? Portala a letto

IN VACANZA O A CASA, POTETE REGALARVI UN RISVEGLIO DA RE. **PRENDETEVI PER LA GOLA, CON TANTE COCCOLE DOLCI E SFIZIOSE**

GIRELLE CON CREMA ALLE NOCCIOLE

Scalda a bagnomaria 200 g di crema alle nocciole. Dividi la pasta sfoglia in 4 quadrati, spalmali con la crema e arrotolali su se stessi in modo da ottenere altrettanti cilindretti. Tenendo ferma un'estremità, avvolgi il resto del cilindretto tutto intorno in modo da formare una spirale. Disponi le girelle su una placca foderata con carta da forno, spennellale con tuorlo sbattuto con poco latte e cuocile in forno già caldo a 180 °C per 25 minuti, poi spolverizzale con abbondante zucchero a velo e ripassale nel forno già caldo.

dolcetti, frittelle e coppe cremose, per un inizio di giornata speciale

Muffin ai mirtilli

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 40' **PER 10-12 MUFFIN**

INGREDIENTI: *200 g di farina - 100 g di zucchero - 120 g di mirtilli - 1 uovo - 50 ml di olio di mais - 100 ml di latte - 1 vasetto di yogurt bianco - 1 bustina di lievito per dolci - 1 bustina di vanillina*

● **Setaccia la farina**, tranne 1 cucchiaio, con il lievito e la vanillina. In una ciotola monta l'uovo con lo zucchero, poi unisci l'olio, il latte, lo yogurt, mescola con una frusta, infine aggiungi poco per volta il mix di farina e amalgama gli ingredienti.

● **Passa i mirtilli** nella farina tenuta da parte e incorporali al composto di uova, mescolando. Distribuisci l'impasto ottenuto negli stampini da muffin, riempiendoli non oltre i ¾ della loro capacità, e cuoci in forno già caldo a 180 °C per 20 minuti. Fai raffreddare i muffin prima di servirli.

Latte di riso con muesli

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 10' + riposo **PER 2 PERSONE**

INGREDIENTI: *250 ml di latte di riso - 50 g di fiocchi di avena - 1 cucchiaio di frutta secca a guscio (noci pecan, noci macadamia, nocciole) - 2 cucchiai di frutta essiccata (arancia, datteri, uvetta) - 50 g di lamponi - cannella*

● **Fai ammorbidire la frutta essiccata** per 30 minuti in acqua tiepida. Lava i lamponi in un colino sotto l'acqua fredda e tamponali con carta da cucina.

● **Scola la frutta essiccata**, strizzala, asciugala e mettila in una ciotola. Unisci la frutta secca spezzettata, i fiocchi di avena, un pizzico di cannella e mescola. Versa sopra il latte, completa con i lamponi e servi.

Pancake con composta di susine

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 30' + riposo **PER 2 PERSONE**

INGREDIENTI: *50 g di farina - 50 ml di latte - 1 uovo piccolo - 1 cucchiaio di zucchero semolato - ½ cucchiaino di lievito in polvere per dolci – 150 g di ricotta piemontese - zucchero a velo - olio di semi di mais - composta di susine*

● **Monta l'uovo** in una ciotola con lo zucchero. Aggiungi la farina setacciata con il lievito, quindi il latte a filo e mescola bene. Fai riposare per 30 minuti.

● **Ungi una padella antiaderente** da 8-10 cm con un po' di olio e scaldala. Versa dentro 1 mestolino di pastella e cuocila per 1-2 minuti, gira poi il pancake e prosegui la cottura per 1 minuto. Prosegui allo stesso modo fino a esaurire tutto il composto.

● **Mescola la ricotta** con 1 cucchiaio di zucchero a velo, poi distribuiscila sui pancake. Completa con la composta, spolverizza di zucchero a velo e servi.

Usali nell'impasto o per preparare soffici creme

Limone e lime da dessert

La ghiottoneria è in giallo

SCEGLI GLI AGRUMI NON TRATTATI **PER POTER UTILIZZARE ANCHE LA SCORZETTA**. SPREMI I FRUTTI E CON IL SUCCO FILTRATO **CREA TORTE E PASTICCINI** FRESCHI E ACIDULI, DA LECCARSI I BAFFI

Mini cheesecake

COSTO: basso
TEMPO: 30' + riposo
DIFFICOLTÀ: media
PER 6 PERSONE

INGREDIENTI: *200 g di biscotti secchi - 200 g di formaggio spalmabile - 100 g di burro - 1 lattina di latte condensato da 400 g circa - 4 lime*

● **Riduci i biscotti** in briciole e poi mescolali al burro morbido, fino a ottenere un composto omogeneo che utilizzerai per foderare 6 stampi rotondi da 6 cm alti circa 8 cm. Mettili in frigo per 45 minuti.

● **Spremi i lime** per ricavarne il succo. Metti il formaggio spalmabile in una ciotola, unisci il latte condensato, il succo di lime e mescola bene. Versa la crema ottenuta negli stampi e fai riposare in frigo per altre 2-3 ore, prima di servire i tortini sformati.

Quadrotti al budino cremoso

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 1 h e 20'** **PER 6-8 PERSONE**

INGREDIENTI: Per l'impasto: *100 g di farina - ½ limone non trattato - 15 g di zucchero a velo - 60 g di burro - sale.* ***Per il budino:*** *½ limone non trattato - 90 ml di succo di limone - 3 uova - 130 g di zucchero - 35 g di farina - 2 cucchiai di gelatina di limone*

● **Prepara l'impasto**. Grattugia finemente la scorza del limone e mettila nel mixer con il burro a pezzetti, la farina, lo zucchero e un pizzico di sale e frulla fino a ottenere un composto a grosse briciole.

● **Fodera una teglia** quadrata o rettangolare con un foglio di carta da forno, distribuisci sul fondo il composto preparato, schiaccialo con il dorso del cucchiaio per creare uno strato uniforme e cuoci in forno già caldo a 180 °C per 20 minuti, fino a quando inizierà a dorare.

● **Prepara il budino**. Grattugia finemente la scorza del limone e mescolala in una ciotola con tutti gli altri ingredienti, esclusa la gelatina. Versa la crema sulla base già cotta del dolce e prosegui la cottura a 150 °C per 30 minuti, finché il budino si sarà addensato.

● **Fai raffreddare il dolce**, sformalo su un piatto, poi distribuisci sulla superficie la gelatina, spalmandola con il dorso del cucchiaino in modo da creare onde irregolari. Taglia il dolce in quadrotti e servi.

Guarnisci con zucchero a velo o scorze candite

Tartellette al cacao con crema aromatica

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 15' + riposo
DIFFICOLTÀ: media
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: Per la pasta frolla: *300 g di farina più quella per la lavorazione - 150 g di zucchero - 150 g di burro più quello per gli stampini - 45 g di cacao amaro - 1 bustina di vanillina - 2 uova piccole.* ***Per la crema:*** *3 limoni non trattati - 3 uova - 120 g di zucchero - 45 g di fecola di patate - 75 g di burro - scorzette di limone candito*

● **Prepara la pasta frolla**. Setaccia in una ciotola la farina con la vanillina e il cacao, unisci il burro tagliato a tocchetti, lo zucchero e le uova e lavora con la punta delle dita incorporando man mano la farina fino a ottenere un composto a briciole. Impastalo rapidamente a piene mani, forma un panetto, appiattiscilo, avvolgilo nella carta da forno e fallo riposare per 2 ore in frigo.

● **Stendi la frolla** sulla spianatoia infarinata e ritagliala in 4 dischi da 10 cm, che utilizzerai per foderare altrettanti stampini da 8 cm ben imburrati e infarinati. Punzecchia il fondo con la forchetta, quindi fai riposare di nuovo in frigo per 1 ora.

● **Prepara la crema**. Grattugia la scorza dei limoni, poi spremi i frutti. Stempera la fecola nel succo ottenuto. Fai ammorbidire il burro a temperatura ambiente. Porta a ebollizione 300 ml di acqua con lo zucchero e la scorza dei limoni, unisci la fecola sciolta, riporta a ebollizione mescolando con la frusta, poi incorpora le uova e il burro.

● **Fodera i gusci di frolla** con un foglietto di carta da forno, riempili di legumi secchi e cuocili per 10 minuti in forno già caldo a 180 °C. Elimina la carta con i legumi, aggiungi la crema e prosegui la cottura per 10 minuti. Sforma le tartellette e servile a temperatura ambiente con una guarnizione di limone candito e qualche scorzetta fresca.

Trancetti al cioccolato bianco e limoncello

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: media**
TEMPO: 1 h e 30' **PER 6 PERSONE**

INGREDIENTI: *125 g di cioccolato bianco - 125 g di zucchero semolato - 125 g di mandorle spellate - 3 uova - 30 g di fecola di patate - ½ bustina di lievito per dolci - 125 g di burro - 1 grosso limone dolce non trattato - 1 scorzetta di limone candito - 1 cucchiaio di limoncello - zucchero a velo*

● **Fai ammorbidire il burro** a temperatura ambiente. Frulla la scorza del limone con le mandorle. Taglia il cioccolato a pezzi e scioglilo a bagnomaria. Monta il burro con lo zucchero semolato, poi incorpora i tuorli, tenendo da parte gli albumi, il mix di mandorle, il cioccolato, il succo di ½ limone, il liquore e la scorzetta candita tritata fine. Aggiungi la fecola setacciata con il lievito e poi gli albumi montati.

● **Versa il composto** in una teglia rettangolare foderata con carta da forno e cuocilo in forno già caldo a 200 °C per 5 minuti, abbassa poi la temperatura a 170 °C e prosegui la cottura per 40 minuti. Fai raffreddare il dolce, capovolgilo su un piatto, spolverizzalo di zucchero a velo e servi.

Spuma alla panna

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: media** **TEMPO: 1 h + riposo** **PER 6 PERSONE**

INGREDIENTI: *125 ml di panna fresca - 4 uova - 170 g di zucchero - 2 limoni non trattati - 10 g di gelatina in fogli - 1 piccolo limone candito*

● **Fai ammollare la gelatina** in una ciotola con acqua fredda per 5 minuti. Grattugia la scorza dei limoni e spremi il succo di uno solo. Versa la panna in una ciotola, aggiungi i tuorli, tenendo da parte gli albumi, e 100 g di zucchero e cuoci a bagnomaria, mescolando e a fuoco dolce, finché inizierà a addensarsi.

● **Incorpora subito il succo e la scorza dei limoni**, poi monta con la frusta. Togli la crema dal fuoco, aggiungi la gelatina strizzata e incorporala, mescolando. Fai raffreddare.

● **Monta gli albumi** unendo a poco a poco lo zucchero rimasto. Mescolali alla crema prima che inizi ad addensarsi, poi aggiungi il limone candito a filettini.

● **Fodera uno stampo** a mattonella con un foglio di carta da forno lasciandolo debordare, riempilo con la spuma e battilo su un piano perché il composto si compatti bene, poi copri e fai riposare in frigo per almeno 6 ore. Capovolgi lo stampo direttamente sul piatto, stacca delicatamente la carta e servi.

Plumcake morbido al papavero

COSTO: basso
TEMPO: 1 h e 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 6 PERSONE

INGREDIENTI: *180 g di farina - 160 g di zucchero - 3 uova - 2 limoni non trattati - 1 bustina di lievito in polvere per dolci - 50 g di fecola di patate - 1 cucchiaio di semi di papavero - 150 g di burro*

- **Fai fondere il burro** a bagnomaria e lascialo raffreddare. Monta le uova con lo zucchero utilizzando le fruste, fino a ottenere un composto gonfio e spumoso, poi incorpora il burro fuso. Aggiungi 2 cucchiai di succo di limone e grattugia sul composto la scorza dei limoni, mescolandola accuratamente.
- **Mescola la farina** con la fecola e il lievito, setacciali direttamente sul composto al limone, quindi unisci i semi di papavero e amalgama bene. Versa il composto in uno stampo da plumcake foderato con carta da forno, poi disponi in superficie le fettine di 1 limone pelato al vivo.
- **Cuoci il plumcake** in forno già caldo a 180 °C per 50 minuti, controllando la cottura con uno stecchino di legno, che, infilato al centro del dolce, dovrà uscirne asciutto. Al termine sforma il dolce, fallo intiepidire e accompagnalo a piacere con una salsa a base di yogurt intero e cremoso, profumato con un filo di miele di agrumi.

Ghiaccioli semplici su stecchi

COSTO: basso
TEMPO: 20' + rip.
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 6 PERSONE

INGREDIENTI: *75 g di sciroppo di limone - 30 g di zucchero - 1 limone*

- **Metti 400 ml di acqua** e lo zucchero in una casseruola, mescola, porta lentamente a ebollizione, finché lo zucchero si sarà sciolto, poi fai bollire per 3 minuti. Fai raffreddare il composto, aggiungi il succo del limone e lo sciroppo, mescola bene e trasferiscilo in frigo per 30 minuti.
- **Distribuisci il succo** negli appositi stampi per ghiaccioli con gli stecchi, chiudili e mettili in freezer per 3 ore.

Crema cotta alla vaniglia

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: media TEMPO: 1 h + riposo PER 6 PERSONE

INGREDIENTI: *500 ml di latte - 3 uova - 90 g di zucchero - 5 lime - estratto di vaniglia*

● **Grattugia la scorza dei lime** molto finemente, mettila in infusione in una casseruola con il latte e 60 g di zucchero per 30 minuti, trasferisci sul fuoco e porta lentamente il latte a ebollizione, mescolando per far sciogliere lo zucchero.

● **Sbatti le uova** con lo zucchero rimasto, poi incorpora il latte versandolo a filo e sempre sbattendo con la frusta. Filtra il composto, trasferiscilo nella casseruola del latte e fai cuocere la crema in un bagnomaria tiepido, sempre mescolando, finché si sarà addensato senza mai arrivare al punto di ebollizione.

● **Profuma la crema** con qualche goccia di estratto di vaniglia, distribuiscila in 6 cocottine da forno e mettile in una teglia con l'acqua bollente necessaria ad arrivare quasi al bordo degli stampini. Cuoci in forno già caldo a 180 °C per 25 minuti, lascia raffreddare la crema nel bagnomaria, trasferisci la crema in frigo per 2 ore e poi servila direttamente nelle cocotte.

Il vino Molto versatile, oltre ai piatti di mare

ROSATO DEL SALENTO

Una nota giovane nel bicchiere

PERFETTO PER L'ESTATE, NASCE IN UNA TERRA RICCA DI ECCELLENZE, SU TERRENI SPECIALI, CAPACI DI CONFERIRE ALLE UVE PERSONALITÀ E FRESCHEZZA

È un mondo ancora quasi tutto da esplorare quello del vino rosato, ed è in continua crescita: se in Italia il consumo è attorno al 6%, negli Stati Uniti e in Francia, dove è nato, supera il 22%. Tra le regioni produttrici più interessanti di questo specialissimo vino, la Puglia, che ha una tradizione enologica molto antica: basti pensare che Roséxpo, il Salone internazionale dei vini rosati, organizzato dai produttori del Negroamaro, è arrivato quest'anno alla quarta edizione. È infatti in questa regione, caratterizzata da una forte biodiversità, che si produce la maggiore quantità di vino rosato a marchio italiano, ricavato da uve coltivate sia sulla costa che all'interno e dislocate in tutto il territorio da Nord a Sud. Un'importante risorsa economica che ha dato un'impennata anche al turismo enogastronomico.

LE CARATTERISTICHE

Da molti ritenuto un vino di poco valore, il vino rosato è stato a lungo guardato con sospetto, come se non essere né un bianco né un rosso fosse un difetto. Ultimamente sta invece incontrando sempre di più i favori dei consumatori, soprattutto giovani. Perché ha carattere, ma è anche leggero e fresco. Ottenuto in prevalenza dal vitigno Negroamaro con l'aggiunta di Malvasia Nera, si ricava da uve a bacca rossa vinificate in bianco. Il colore si ottiene dalla macerazione del mosto nelle bucce per un tempo variabile (da poche ore a un massimo di due giorni): la durata dipende dal tipo di vino che si vuole produrre; può essere rosa tenue o più intenso e tendente al rosso.

GLI ABBINAMENTI

Date le sue caratteristiche, si presta ad accompagnare numerose tipologie di piatti: è ottimo con i salumi, i formaggi freschi e cremosi, i cereali, anche in versione fredda, tutti i piatti di mare e le carni bianche.

accompagna con eleganza anche formaggi cremosi e verdure

Spaghetti con cozze, pesto e pomodorini

COSTO: basso
TEMPO: 1 h
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *400 g di spaghetti - 1 kg di cozze - 50 g di basilico - 50 g di parmigiano grattugiato - 1 cucchiaio di pinoli - 250 g di pomodori perini - 1 spicchio di aglio - olio di oliva extravergine - sale*

● **Taglia i pomodori** a cubetti, eliminando i semi. Raschia le cozze sotto l'acqua e privale della barbetta, poi mettile in un ampio tegame con 2 cucchiai di olio, lo spicchio di aglio, sbucciato e schiacciato, coprile e falle aprire a fuoco vivo, quindi scolale, filtra il liquido di cottura e versalo di nuovo nel tegame. Separa le cozze dai gusci.

● **Frulla il basilico** in un mixer con il formaggio grattugiato, i pinoli e una presa di sale, aggiungendo l'olio necessario a ottenere un pesto omogeneo. Cuoci gli spaghetti al dente, scolali e trasferiscili nel tegame con il fondo di cottura delle cozze. Aggiungi le cozze, il pesto, i pomodori e cuoci per qualche istante. Servi subito.

Spiedini di verdure con couscous

COSTO: basso
TEMPO: 35'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *200 g di couscous - 2 carote - 150 g di mozzarella - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 2 zucchine - 8 pomodorini - 2 cipolle - 1 mazzetto di erbe (timo, maggiorana, menta) - 1 spicchio di aglio - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Taglia la mozzarella** a cubetti di piccole dimensioni e mettila a scolare in un colino. Raschia le carote, tagliale a cubetti e cuocile per 1 minuto in acqua bollente, quindi scolale e raffreddale rapidamente sotto l'acqua.

● **Metti il couscous** in una ciotola, aggiungi la metà delle erbe finemente tritate, 1 cucchiaio di olio e l'acqua necessaria a reidratarlo (controlla sulla confezione), quindi copri e lascialo gonfiare, poi sgranalo con una forchetta, aggiungi le carote, la mozzarella e mescola.

● **Priva i peperoni** dei semi e dei filamenti e tagliali a pezzi. Spunta le zucchine e tagliale in 4 pezzi. Sbuccia le cipolle e tagliale in 6 spicchi. Infila le verdure sugli spiedini alternando i peperoni, le cipolle, i pomodorini e le zucchine. Sbuccia l'aglio e tritalo finemente con le erbe rimaste, quindi trasferisci il trito in una ciotola, aggiungi un generoso filo di olio, sale, pepe e mescola.

● **Cuoci gli spiedini** su una piastra ben calda per 10 minuti, girandoli spesso e spennellandoli con l'olio aromatico. Servili infine con il couscous.

CERASUOLO BRILLANTE DAL GUSTO FRUTTATO

Prodotto con uve Negroamaro (80%) e Malvasia Nera di Lecce (20%) da vigne di oltre 50 anni, il Five Roses Anniversario di Leone De Castris 2016 colpisce per il colore rosa cerasuolo brillante e i profumi di mirtillo e ribes rosso accompagnati da una nota di rosa. Ha un gusto ricco, con finale fruttato (12°, € 10). ***S. L.***

Il viaggio A Mammola (Rc) il 9 agosto si svolge

IL BORGO S'INFIAMMA PER LA "PUPAZZA"
La Sagra dello Stocco si snoda tra piazze e viuzze del borgo medievale di Mammola, porta d'accesso del Parco nazionale dell'Aspromonte. Finale pirotecnico con il ballo della "Pupazza infuocata": sulle note della tarantella un pupazzo a forma di donna danza mentre intorno impazzano i fuochi d'artificio.

Pesce del Nord? Vieni

SERATA DI FESTA NEL BORGO MEDIEVALE TRA SPETTACOLI, MUSICA, DANZE E **LE MIGLIORI RICETTE MEDITERRANEE DELLO STOCCAFISSO**

Un "figlio" pregiato del lontano Nord incontra i colori e i sapori del nostro Sud più profondo. E nasce un **piatto gustoso e famoso in tutto il mondo: lo Stocco di Mammola**. Un prodotto che da 39 anni viene celebrato il 9 agosto nell'antico borgo medievale del paese calabrese, porta del Parco nazionale dell'Aspromonte, le cui origini risalgono al IV-V secolo avanti Cristo. Le piazzette di Mammola, per una sera (e una notte), si riempiono del profumo dello stoccafisso, realizzato con i migliori merluzzi dei mari del Nord Europa appesi a essiccare, preparato con le antiche ricette della cucina mediterranea e servito nei tipici tegami di terracotta (tianeji). Prelibatezze che richiamano migliaia e migliaia di turisti italiani e stranieri e che fanno della Sagra dello Stocco (come è chiamato comunemente lo stoccafisso nelle regioni del Sud), uno degli eventi gastronomici più importanti della Calabria. Degustazioni dei vari piatti, ma anche spettacoli, musica, canti e danze, fino al ballo finale della "Pupazza infuocata", enorme pupazzo a forma di donna che danza al ritmo della tarantella sprigionando fuochi d'artificio.
Incastonata tra le Serre calabresi e l'Aspromonte, sul versante ionico ma non lontana dal Tirreno, Mammola è un **luogo strategico per visitare l'intera Calabria, tra arte, storia, cultura** e, ovviamente, le spiagge, il mare, le montagne e tutte le bellezze naturali.

in Calabria

Stocco alla mammolese

COSTO: basso
TEMPO: 2 h e 15’
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *800 g di pesce stocco già spugnato - 800 g di patate non farinose - 800 g di pomodori pelati - 1 cipolla rossa - 4 peperoni essiccati - 100 g di olive verdi - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Lava il pesce stocco**, privalo di eventuali lische e spine, taglialo a pezzi regolari. Pela le patate e tagliale a spicchi. Sbuccia la cipolla e affettala finemente, poi falla rosolare a fuoco molto dolce in un tegame di terracotta con l’olio.

● **Unisci i pelati e cuoci per 15 minuti**. Aggiungi quindi il pesce e cuoci per 1 ora, poi aggiungi le patate, i peperoni, le olive e continua la cottura per 30 minuti, regolando di sale. Servi subito.

...e altri golosi appuntamenti

● **MATINELLA DI ALBANELLA (SA) Festa delle Bontà di Bufala** – Nove giorni per scoprire e gustare la mozzarella di bufala campana Dop, la carne di bufalo e tante altre tipicità territoriali, con le serate allietate da buona musica e spettacoli comici. Parte dei proventi è devoluta in beneficenza. *Dal 6 al 14 agosto*

● **ASCOLI PICENO Ascoliva Festival** – Allestito nella centrale e caratteristica piazza Arringo, il Villaggio dell’oliva ospiterà la quinta edizione del Festival mondiale dell’oliva ripiena all’ascolana. Claim di quest’anno: «Tutti vogliono metterci bocca». *Dal 10 al 20 agosto*

● **CASTELVETERE SUL CALORE (AV) Sagra della Maccaronara** – Festeggia i 40 anni la sagra dedicata al piatto tipico di Castelvetere, con la pasta fatta a mano e il sugo cotto per ore. *12 e 13 agosto*

● **CASTELNOVO NE’ MONTI (RE) Tortellata di Ferragosto** – Due serate per la 21ª edizione della Tortellata, che si svolge nella frazione di Campolungo, ai piedi della Pietra di Bismantova: in piazza a far festa degustando diversi tipi di tortelli. *13 e 14 agosto*

● **FANO (PU) Birra d’Augusto** – Torna la festa delle birre artigianali al Pincio di Fano e allunga la sua durata a cinque giorni, tra buona cucina, musica, balli e birre italiane e non. *Dal 15 al 19 agosto*

● **ARADEO (LE) Sagra della Taraddota** – Musica e cibo della tradizione nel centro storico del paese leccese: si potranno gustare la “pitta” di patate, la “cicurata”, i “panzerotti”, la pasta fatta in casa, le “pittule”, carne arrosto, pesce fritto e altro. *Dal 20 al 22 agosto*

● **RIETI Cuore piccante** – Settima edizione della Fiera campionaria del peperoncino: in esposizione nel centro storico 4 mila piante di 800 diverse specie di peperoncino provenienti dai 5 continenti. *Dal 23 al 27 agosto*

● **TARQUINIA (VT) DiVino Etrusco** – I migliori vini delle terre abitate dagli antichi etruschi, tra Lazio, Toscana e Umbria, in un percorso enogastronomico guidato tra vie e piazze del centro storico, con musica, spettacoli e artisti di strada. *Dal 25 al 27 agosto*

Scacco all'afa in leggerezza

DALL'ANTIPASTO STUZZICANTE AL DOLCE AL CUCCHIAIO. **QUESTE PORTATE SONO OTTIME ANCHE DA GUSTARE FREDDE.** PER SENTIRTI IN SPLENDIDA FORMA **QUANDO LA TEMPERATURA SI IMPENNA**

Antipasto

PIATTO LEGGERO solo 154 kcal

Rotolini di zucchine con robiola

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 20' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *2 zucchine - 100 g di robiola - 4 pomodori secchi sott'olio - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 limone - 2 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe nero in grani - 2 bacche di pepe rosa*

● **Spunta le zucchine** e ricava 12 nastri sottili della stessa dimensione, affettandole per il lungo utilizzando preferibilmente una mandolina. Sgocciola i pomodori secchi e tagliali a pezzetti.

● **Trita finemente il prezzemolo**. Lavora la robiola in una ciotola con un pizzico di sale e una macinata di pepe, unisci i pomodori e il prezzemolo e mescola. Sbatti l'olio in una ciotolina con il succo del limone, una macinata di pepe nero e le bacche di pepe rosa pestate.

● **Stendi i nastri di zucchina** su un piano, distribuisci su un lato la crema di formaggio, arrotolali su se stessi, irrorali con la salsina preparata e servi.

Grano saraceno con fave e avocado

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 50' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *250 g di grano saraceno decorticato - 150 g di fave sgusciate e spellate - 100 g di polpa di avocado - 150 g di pomodorini - 2 pomodori secchi sott'olio - 1 limone non trattato - 1 mazzetto di menta - 2 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Grattugia la scorza** del limone e spremilo per ricavare il succo. Lessa il grano saraceno in una casseruola con acqua salata per il tempo indicato sulla confezione, scolalo, trasferiscilo in una ciotola, condiscilo subito con la metà dell'olio e una spruzzata di succo di limone e sgranalo con una forchetta.

● **Scotta le fave** in un tegame con poca acqua salata per 5 minuti, poi scolale. Taglia a pezzetti la polpa di avocado e spruzzali con il succo di limone rimasto. Taglia a spicchi i pomodorini. Sgocciola i pomodori secchi e tritali grossolanamente. Sminuzza le foglie di menta.

● **Aggiungi tutti gli ingredienti** preparati al grano, condisci con l'olio rimasto, mescola con cura e servi.

Filetti di pesce impanati e fagiolini

COSTO: medio
TEMPO: 40'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *600 g di filetti di pesce bianco puliti (san pietro, merluzzo, pesce persico) - 150 g di fagiolini gialli - 100 g di cipolline - 1 grosso mazzetto di erbe aromatiche miste (prezzemolo, basilico, timo, salvia) - 100 g di pane bianco senza crosta - 2 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Spunta i fagiolini** e lessali in acqua bollente salata per 5 minuti. Sbuccia le cipolline, tagliale a metà e lessale in acqua bollente salata per 30 minuti. Scola gli ortaggi e condiscili in una ciotola con metà olio e una macinata di pepe, regolando di sale.

● **Trita le erbe** e il pane finemente e mescolali. Priva i filetti di pesce di eventuali lische, spennellali con l'olio rimasto, condiscili con sale e pepe, passali nella panatura alle erbe preparata, premendola bene per farla aderire, trasferisci su una placca foderata con carta da forno e cuoci in forno già caldo a 160 °C per 10 minuti, girandoli a metà cottura. Servili con le verdure preparate.

Insalata di verdure miste

COSTO: basso
TEMPO: 30'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *200 g di zucchine - 150 g di fagiolini - 150 g di carote - 150 g di cimette di cavolfiore - 150 g di peperoni rossi - 80 g di olive nere denocciolate - 1 ciuffo di prezzemolo - 2 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale*

● **Spunta le zucchine**, i fagiolini e le carote. Taglia le zucchine a rondelle. Raschia le carote e riducile a pezzi. Priva i peperoni di picciolo, semi e filamenti bianchi e tagliali a listerelle. Cuoci al vapore le zucchine e le cimette di cavolfiore per 5 minuti, i fagiolini, le carote e i peperoni per 10 minuti.

● **Trita il prezzemolo** finemente e mescolalo in una ciotolina con l'olio e una presa di sale, sbattendo con una forchetta. Riunisci gli ortaggi cotti in una ciotola, aggiungi le olive, condisci l'insalata con l'emulsione preparata e servi.

Mousse di formaggio quark con papaya

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 15'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *250 ml di formaggio quark magro - 120 ml di yogurt al naturale magro - 30 g di zucchero a velo vanigliato - 1 pizzico di scorza di limone - 150 g di polpa di papaya - 2 lime - 1 ciuffetto di menta*

● **Metti il formaggio quark** in una ciotola e lavoralo a crema con una frusta aggiungendo lo yogurt, lo zucchero e la scorza di limone, poi distribuiscilo sul fondo di 4 bicchieri.

● **Dividi i lime** a metà. Taglia la polpa di papaya a dadini, spruzzali con poco succo di lime e distribuiscili sulla mousse di formaggio. Servi guarnendo con i lime a spicchi e rametti di menta.

Lo trovi in chicchi o sotto forma di farina.

Farro, antico e prezioso

IL SUO NOME SIGNIFICA "FARINA". DIGERIBILE, RICCO DI VITAMINE E FIBRE, **È OTTIMO ANCHE COME RIPIENO**

Rispetto al grano, coltivare il farro "rende" meno in termini di quantità, motivo per cui, pur essendo un cereale antichissimo, è stato messo da parte dai coltivatori per lungo tempo. I suoi chicchi hanno forma allungata e sono di colore marrone chiaro con venature bianche.

L'ACQUISTO. Fai attenzione che sia il vero farro, ossia la varietà "triticum dicoccum", ricco di vitamine e fibre, e non un prodotto simile, chiamato "triticum spelta", o anche detto "farricello" o "spelta". Non ha le stesse qualità organolettiche del vero farro e lo si può vedere in cottura: tende infatti a sfaldarsi, mentre quello vero, anche quando raggiunge il giusto punto di cottura, conserva comunque una certa consistenza. In commercio, trovi il farro "decorticato" o "perlato": quest'ultimo viene privato del rivestimento esterno e cuoce in tempi inferiori. Oltre che in chicchi, si trova sotto forma di farina e di semola e viene utilizzato per piatti dolci e salati. Nei supermercati più forniti, è facile trovare anche la pasta secca.

COME USARLO. Prima della cottura va lavato con cura in un colino sotto l'acqua corrente per eliminare tutte le impurità. Se è possibile, è sempre meglio lasciarlo a bagno in acqua fredda per un paio di ore e cuocerlo poi in acqua leggermente salata per circa 45 minuti per il decorticato e per circa 20 minuti per il perlato.

Con seppie al prezzemolo

COSTO: medio | **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 50' + riposo | **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *300 g di farro perlato - 600 g di seppie - brodo vegetale - 1 spicchio di aglio - 100 ml di vino bianco - 1 mazzetto di prezzemolo - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

- **Prepara il farro** come spiegato nell'introduzione, compreso l'ammollo. Scalda un filo di olio in una casseruola e fallo tostare, per 1 minuto, poi cuocilo come se fosse un risotto, unendo man mano mestoli di brodo caldo e lasciandolo assorbire.
- **Spella le seppie**, elimina l'osso, la bocca e gli occhi e tieni da parte le vescichette con l'inchiostro, poi taglia le sacche ad anelli e le teste a metà. Sbuccia l'aglio e fallo rosolare in un tegame capiente con un filo di olio. Unisci le seppie e rosolale a fuoco medio, mescolando, poi bagna con il vino, fallo evaporare, regola di sale e pepe e cuoci coperto e a fuoco dolce per 15-20 minuti.
- **Aggiungi le seppie** al farro 5 minuti prima della fine della cottura, bagna con un altro mestolino di brodo caldo in cui avrai sciolto un po' di inchiostro, nella quantità che preferisci, profuma con il prezzemolo tritato, regola di pepe e servi.

Focaccine alle verdure

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 40' PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *250 g di farina di farro - 80 g di semola di grano duro più quella per la lavorazione - ½ bustina di lievito per torte salate - zucchero - 1 peperone - 4 cuori di carciofo sott'olio - 100 g di scamorza affumicata - olio di oliva extravergine - sale - pepe.* ***Per la salsa:*** *250 g di yogurt greco - 4 steli di erba cipollina - ½ cucchiaino di zenzero grattugiato - sale - pepe*

● **Priva il peperone** di picciolo, semi e filamenti e taglialo a dadini. Spella la scamorza e tagliala a pezzetti. Sminuzza i carciofi. Mescola gli ingredienti con poco pepe. Per la salsa, amalgama lo yogurt con lo zenzero, sale e pepe.

● **Mescola le farine** con un pizzico di zucchero, il lievito e 1 cucchiaino di sale, poi aggiungi 30 ml di olio, 150 ml di acqua e impasta fino a ottenere un panetto. Stendilo in una sfoglia su un piano infarinato e ricava con un coppapasta 16 dischi da 12 cm. Farcisci i dischetti a due a due col ripieno e falli dorare per 4-5 minuti in un filo di olio caldo. Servili con la salsa cosparsa di erba cipollina tagliuzzata.

Fagottini ripieni di patate

COSTO: basso DIFF.: bassa TEMPO: 1 h + riposo PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *175 g di farina di farro integrale - 125 g di semola rimacinata di grano duro più quella per la lavorazione - 500 g di patate farinose - 1 cipolla - 2 pomodori - 150 g di lenticchie lessate sgocciolate - ½ cucchiaino di zenzero grattugiato - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Setaccia le farine** in una ciotola, condisci con una presa di sale e impasta unendo 150 ml di acqua e 2 cucchiai di olio, fino a formare un panetto sodo e liscio, poi copri con pellicola e fai riposare per 30 minuti.

● **Pela le patate**, tagliale a dadi e lessale in acqua bollente salata per 10-12 minuti. Taglia a pezzetti i pomodori. Sbuccia la cipolla, tritala e cuocila in un tegame con un filo di olio a fuoco dolce per 15 minuti, poi aggiungi le patate, i pomodori, le lenticchie, lo zenzero e lascia insaporire, mescolando, per 5 minuti, quindi regola di sale e pepe e lascia raffreddare.

● **Stendi la pasta** su un piano infarinato, ritaglia 4 dischi uguali, farciscili da un lato con il ripieno preparato, ripiega sopra la pasta e sigilla i bordi. Friggili poi in un tegame con 60 ml di olio caldo 5-6 minuti per lato, scolali su carta da cucina e servili.

Peperoni farciti al tofu

COSTO: basso DIFFICOLTÀ: bassa TEMPO: 40' + riposo PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *5 peperoni misti - 200 g di farro perlato - 200 g di tofu - 50 g di parmigiano grattugiato - 1 ciuffo di timo - olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Prepara il farro** come spiegato nell'introduzione, compreso l'ammollo, lessalo in acqua salata per 20 minuti, poi scolalo. Dividi i peperoni a metà, privali di semi e filamenti bianchi e tagliane uno a pezzetti. Scotta i mezzi peperoni in una casseruola con acqua bollente salata per 6 minuti e lasciali raffreddare capovolti.

● **Rosola il peperone a pezzetti** per 10 minuti in un tegame con poco olio, aggiungi il farro, il tofu a cubetti, il timo, sale, pepe e fai insaporire per 5 minuti, poi incorpora il parmigiano. Distribuisci il composto nei peperoni e cuocili sotto il grill del forno caldo per 5 minuti.

Quattro ricette tradizionali, preparate

Soffici soffici ma senza lievito

PROVA A USARE IL BICARBONATO O L'ACQUA FRIZZANTE: OTTERRAI **TORTE, TORTILLAS, PIADINE E FOCACCE** UGUALMENTE MORBIDE E INVITANTI. PUOI PROPORLE IN TANTE VERSIONI, CAMBIANDO SOLO IL PROTAGONISTA DELLA RICETTA

Torta di albicocche

COSTO: basso
TEMPO: 1 h
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *150 g di farina - 7-8 albicocche - 2 uova - 60 g di zucchero - 50 g di burro - 1 bustina di vanillina - 2 cucchiai di latte - 1 cucchiaio di succo di limone - 1 cucchiaino di bicarbonato - zucchero a velo*

- **Fai fondere il burro** a bagnomaria e lascialo raffreddare. Monta a lungo le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi il burro, il latte e mescola per amalgamare gli ingredienti.
- **Metti da parte 1 cucchiaio di farina**, setaccia il resto con la vanillina e aggiungila gradatamente al mix di uova e zucchero. Sciogli il bicarbonato nel succo di limone e aggiungilo al composto, mescolando con una spatola dal basso verso l'alto per non smontarlo.
- **Versa l'impasto** in una tortiera da 20 cm foderata con carta da forno. Dividi le albicocche a metà, elimina il nocciolo, passale nella farina messa da parte in precedenza, poi sistemale sulla torta con la parte del taglio rivolta verso l'alto.
- **Cuoci la torta** in forno già caldo a 180 °C per 35 minuti. Sfornala e lasciala raffreddare. Prima di servirla spolverizzala con zucchero a velo.

Ciambella semplice al cacao

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 1 h e 10’** **PER 6 PERSONE**

INGREDIENTI: *2 uova - 120 g di zucchero - 200 g di farina - 80 g di cacao amaro - 1 vasetto di yogurt bianco da 125 g - 1 cucchiaino di bicarbonato - 3 cucchiai di latte - zucchero a velo - burro e farina per lo stampo*

● **Monta a lungo le uova** con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi lo yogurt e mescola. Setaccia la farina con il cacao e uniscila gradatamente al mix di tuorli e zucchero, mescolando con una spatola dal basso verso l’alto per non smontare il composto. Sciogli il bicarbonato nel latte e uniscilo al composto preparato. Mescola per amalgamare bene gli ingredienti.

● **Versa il composto ottenuto** in uno stampo a ciambella imburrato e infarinato e cuocilo in forno già caldo a 180 °C per 40 minuti. Sforna la ciambella e lasciala raffreddare. Prima di servirla spolverizzala con un po’ di zucchero a velo.

PIÙ RICCA
AGGIUNGI ALL’IMPASTO 50 G DI NOCCIOLE TRITATE

Due rustici molto saporiti e invitanti

Tortillas alle zucchine

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 1 h + riposo **PER 6 PERSONE**

INGREDIENTI: *500 g di farina più quella per la lavorazione - 250 ml di acqua gassata - 6 salsiccette di soia - 4 zucchine - senape - 100 ml di olio di oliva extravergine - 1 cucchiaino di bicarbonato - sale*

● **Versa la farina** in una ciotola, aggiungi l'olio, il bicarbonato e 200 ml di acqua. Amalgama gli ingredienti con una forchetta. Sciogli 12 g di sale nell'acqua rimasta e uniscila agli altri ingredienti. Prosegui a lavorare il composto con le mani per il tempo necessario a ottenere un impasto omogeneo, che lascerai riposare per 30 minuti.

● **Dividi l'impasto** in 6 pezzi della stessa grandezza e stendilo a uno spessore di 2 mm su una spianatoia infarinata, rifilando i bordi così da dargli una forma rettangolare, poi cuoci i rettangoli in una padella antiaderente ben calda per 2 minuti per lato. Conserva le tortillas ottenute in una ciotola avvolte in un canovaccio pulito.

● **Spunta le zucchine**, tagliale per il lungo a fette spesse 3 mm e arrostiscile nella padella antiaderente per 2 minuti per lato. Condiscile poi con una presa di sale e un filo di olio. Cuoci le salsiccette come indicato sulla confezione, spennellale con un po' di senape e avvolgile prima con le zucchine e poi con le tortillas. Servile subito.

Focaccia con pesto e burro salato

COSTO: basso **DIFFICOLTÀ: bassa**
TEMPO: 40' + riposo **PER 6 PERSONE**

INGREDIENTI: *500 g di farina manitoba più quella per la lavorazione - 1 cucchiaino di amido di mais - 600 ml di acqua frizzante - 1 spicchio di aglio - 50 g di burro salato - 50 g di pesto al basilico - 1 ciuffo di erbe miste (menta, timo, maggiorana, basilico) - olio di oliva extravergine - 10 g di sale fino - sale grosso - bacche di pepe rosa*

● **Taglia il burro** a pezzetti e mettilo in una ciotola, aggiungi le erbe finemente tritate, qualche bacca pestata e lavoralo con una spatola per ammorbidirlo. In una ciotola versa 50 ml di olio e metà dell'acqua. Sciogli il sale nell'acqua rimasta.

● **Setaccia la farina** con l'amido, aggiungi gradatamente il mix di acqua e olio, alternandolo con l'acqua con il sale, e amalgama bene gli ingredienti con un cucchiaio di legno, poi trasferisci il composto su una spianatoia infarinata e prosegui a lavorarlo con le mani fino a ottenere un impasto liscio e senza grumi. Trasferiscilo in una ciotola oliata e fallo lievitare fino al raddoppio del volume (ci vorranno circa 2 ore). Riprendi l'impasto e lavoralo ancora per 2-3 minuti, poi stendilo in una teglia oliata e lascialo lievitare ancora per mezz'ora.

● **Spennella la pasta** con un filo di olio, cospargila con un po' di sale grosso e con l'aglio, sbucciato e tritato, e cuoci in forno già caldo a 250 °C per 10-12 minuti. Completa la focaccia con un po' di pesto, tagliala a pezzi e servila con il burro e il pesto rimasto.

BILANCIO D'ESERCIZIO di RCS MEDIAGROUP S.P.A. al 31.12.2016

In applicazione alla legge del 5 agosto 1981 n.416 e dell'art.1, comma 34, del D.L. 545/96 convertito con legge 23 dicembre 1996 n.650

(Valori in Euro)

PROSPETTO DI CONTO ECONOMICO

		Note	Esercizio 2016	Esercizio 2015
I	**Ricavi delle vendite**	**12**	**559.419.478**	**616.253.797**
	Ricavi diffusionali	12	259.990.630	285.223.843
	– di cui verso parti correlate	13	223.579.826	247.630.077
	Ricavi pubblicitari	12	272.484.239	290.724.197
	– di cui verso parti correlate	13	7.267.123	9.871.263
	Ricavi editoriali diversi	12	26.944.609	40.305.757
	– di cui verso parti correlate	13	8.894.972	19.974.757
II	Variazione delle rimanenze prodotti finiti, semilavorati e prodotti in corso	14	(229.532)	482.472
II	Acquisti e consumi materie prime e servizi	15	(377.405.637)	(435.660.034)
	Acquisti e consumi materie prime e merci	15	(116.532.678)	(128.926.138)
	– di cui verso parti correlate	13	(29.132.461)	(47.672.027)
	Costi per servizi	15	(222.153.031)	(264.091.034)
	– di cui verso parti correlate	13	(56.707.402)	(63.321.865)
	– di cui non ricorrenti	26	(4.144.300)	(1.477.708)
	Costi per godimento beni di terzi	15	(38.719.928)	(42.642.862)
	– di cui verso parti correlate	13	(405.267)	(697.415)
III	Costi per il personale	16	(158.265.279)	(170.419.274)
	– di cui verso parti correlate	13	(8.107.617)	(3.880.577)
	– di cui non ricorrenti	26	(5.034.921)	(10.807.980)
II	Altri ricavi e proventi operativi	17	25.674.912	28.989.335
	– di cui verso parti correlate	13	10.669.443	13.211.720
	– di cui non ricorrenti	26	–	2.366.000
II	Oneri diversi di gestione	18	(14.352.670)	(20.959.860)
	– di cui verso parti correlate	13	(376.841)	(519.425)
IV	Accantonamenti	19	(5.273.565)	(4.160.111)
	– di cui non ricorrenti	26	–	(546.289)
V	Svalutazione crediti	20	(1.036.114)	(2.898.130)
VI	Ammortamenti attività immateriali	21	(17.277.226)	(19.313.397)
VII	Ammortamenti immobili, impianti e macchinari	21	(9.998.874)	(11.567.838)
VIII	Svalutazione immobilizzazioni	21	(117.135)	(3.518.969)
	Risultato operativo		**1.138.358**	**(22.772.009)**
IX	Proventi finanziari	22	2.474.492	3.758.305
	– di cui verso parti correlate	13	2.000.239	2.620.932
IX	(Oneri) finanziari	22	(37.089.244)	(45.808.200)
	– di cui verso parti correlate	13	(20.360.023)	(30.014.441)
X	Altri proventi ed oneri da attività e passività finanziarie	23	19.742.475	76.963.466
	– di cui verso parti correlate	13	18.936.839	76.686.866
	Risultato ante imposte		**(13.733.919)**	**12.141.562**
XI	Imposte sul reddito	24	4.522.944	8.006.016
	Risultato attività destinate a continuare		**(9.210.975)**	**20.147.578**
XII	Risultato attività destinate alla dismissione e dismesse	25	–	(69.802.146)
	– di cui verso parti correlate	13	–	(71.144.417)
	Risultato dell'esercizio		**(9.210.975)**	**(49.654.568)**

PROSPETTO DI CONTO ECONOMICO COMPLESSIVO

importi in euro	Note	Esercizio	Esercizio
Utile/(perdita) dell'esercizio	**39**	**(9.210.975)**	**(49.654.568)**
Altre componenti di conto economico complessivo:			
– saranno successivamente riclassificate nell'utile (perdita) d'esercizio			
Utili (perdite) su copertura flussi di cassa		(500.220)	(1.235.185)
Valutazione a Fair Value attività finanziarie		–	–
Riclassificazione a conto economico di utili (perdite) su copertura flussi di cassa		4.880.563	7.506.705
Effetto fiscale su copertura flussi di cassa		(1.213.766)	(1.858.668)
Utili (perdite) derivanti dalla valutazione a fair value delle attività finanziarie disponibili per la vendita		–	–
Riclassificazione a conto economico di utili (perdite) derivanti dalla valutazione a fair value delle attività finanziarie disponibili per la vendita		–	–
– non saranno successivamente riclassificate nell'utile (perdita) d'esercizio			
(Perdita)/utile attuariale su piani a benefici definiti		(1.024.291)	1.071.768
Effetto fiscale su attuarizz. Piani a benefici definiti		245.830	(312.569)
Totale altre componenti di conto economico complessivo		**2.388.116**	**5.172.051**
Totale conto economico complessivo		**(6.822.859)**	**(44.482.517)**

PROSPETTO DELLA SITUAZIONE PATRIMONIALE FINANZIARIA

(Valori in Euro)

	ATTIVITA'	Note	31/12/16	31/12/15
XIII	Immobili, impianti e macchinari	27	53.126.488	62.552.698
XV	Investimenti immobiliari	28	2.773.283	2.270.000
XIV	Attività immateriali	29	46.196.177	55.646.594
XVI	Partecipazioni valutate al costo	30	1.135.203.563	1.132.815.246
	– di cui verso parti correlate	13	1.135.203.563	1.132.815.246
XVI	Attività finanziarie disponibili per la vendita	31	4.887.675	4.736.839
XVI	Crediti finanziari non correnti	32	2.928.066	2.994.822
	– di cui verso parti correlate	13	–	168.199
XVI	Altre attività non correnti	33	13.818.475	13.241.556
XVI	Attività per imposte anticipate	24	58.304.931	66.072.097
	Totale attività non correnti		**1.317.238.658**	**1.340.329.852**
XVII	Rimanenze	34	11.176.302	13.456.553
XVIII	Crediti commerciali	35	173.131.740	198.536.451
	– di cui verso parti correlate	13	31.246.861	38.378.267
XX	Crediti diversi e altre attività correnti	36	30.899.713	33.611.925
	– di cui verso parti correlate	13	64.160	240.332
XX	Attività per imposte correnti	24	8.405.411	10.100.832
	– di cui verso parti correlate	13	2.442.933	1.871.631
XXVI	Crediti finanziari correnti	37	19.491.638	51.909.556
	– di cui verso parti correlate	13	19.491.638	51.909.392
XXVI	Disponibilità liquide e mezzi equivalenti	37	1.138.967	2.261.933
	Totale attività correnti		**244.243.771**	**309.877.250**
	Attività non correnti destinate alla vendita	**38**	**–**	**127.500.000**
	TOTALE ATTIVITA'		**1.561.482.429**	**1.777.707.102**

	PASSIVITÀ E PATRIMONIO NETTO	Note	31/12/16	31/12/15
XXV	Capitale sociale	39	475.134.602	475.134.602
XXV	Riserve	39	125.690.143	123.302.027
XXV	Azioni proprie	39	(27.150.528)	(27.150.528)
XXV	Utili (perdite) portati a nuovo	39	(210.746.841)	(161.092.273)
XXV	Utile (perdita) dell'esercizio	39	(9.210.975)	(49.654.568)
	Totale patrimonio netto		**353.716.401**	**360.539.260**
XXVI	Debiti finanziari non correnti	37	269.776.915	7.072.387
	– di cui verso parti correlate	13	11.125.000	–
XXVI	Passività finanziarie per strumenti derivati	37	5.145.194	11.010.534
	– di cui verso parti correlate	13	1.163.720	10.020.509
XXI	Benefici relativi al personale	40	33.702.716	33.596.400
XXII	Fondi per rischi e oneri	41	8.612.669	11.598.150
XXIII	Passività per imposte differite	24	595.532	747.186
XX	Debiti diversi e altre passività non correnti	42	3.744.271	4.473.975
	– di cui verso parti correlate	13	877.397	1.602.361
	Totale passività non correnti		**321.577.297**	**68.498.632**
XXVI	Debiti verso banche	37	38.943.392	38.313.750
	– di cui verso parti correlate	13	–	17.871.625
XXVI	Debiti finanziari correnti	37	580.407.164	997.828.724
	– di cui verso parti correlate	13	535.756.102	761.057.461
XX	Passività per imposte correnti	24	5.522.853	8.536.276
	– di cui verso parti correlate	13	5.476.777	8.490.200
XIX	Debiti commerciali	43	178.395.908	183.948.911
	– di cui verso parti correlate	13	15.211.321	31.227.369
XXII	Quote a breve term.fondi rischi e oneri	41	29.624.332	25.207.295
XX	Debiti diversi e altre passività correnti	44	53.295.082	79.092.128
	– di cui verso parti correlate	13	1.383.113	10.443.842
	Totale passività correnti		**886.188.731**	**1.332.927.084**
	Passività associate ad attività destinate alla dismissione	**45**	**–**	**15.742.126**
	– di cui verso parti correlate	13	–	15.742.126
	TOTALE PASSIVITÀ E PATRIMONIO NETTO		**1.561.482.429**	**1.777.707.102**

Le Note richiamate negli schemi di bilancio costituiscono parte integrante del bilancio depositato presso il Registro delle Imprese di Milano e reso pubblico ai sensi di legge. Il bilancio è stato redatto secondo i principi contabili internazionali.

PROSPETTO DI DETTAGLIO DELLE VOCI DEL BILANCIO DI ESERCIZIO AL 31.12.2016

Da pubblicare ai sensi dell'art. 1, comma 33, del decreto-legge 23 ottobre 1996 n°545 convertito con legge 23 dicembre 1996 n° 650

(Valori in Euro)

RICAVI DELLE VENDITE:

01	Vendita di copie	246.322.038
02	Pubblicità	223.294.402
03	– Diretta	220.929.065
04	– Tramite concessionaria	2.365.337
05	Ricavi da editoria on line	69.902.760
06	– Abbonamenti	13.668.593
07	– Pubblicità	56.234.167
08	Ricavi da vendita di informazioni	1.609.022
09	Ricavi da altra attività editoriale	18.291.256
10	**Totale voci 01+02+05+08+09**	**559.419.478**

Potenzia il suo effetto con pepe nero

CURCUMA
Polvere di benessere

NOTA ANCHE COME ZAFFERANO DELLE INDIE, HA PROPRIETÀ ANTIOSSIDANTI. PUOI UTILIZZARLA PERSINO IN TISANE E FRULLATI

Coltivata un tempo solo in alcuni Paesi asiatici, la curcuma si trova oggi in tutti i Paesi tropicali. Da un punto di vista botanico appartiene alla stessa famiglia dello zenzero e infatti viene chiamata anche zenzero giallo. La pianta ha foglie lunghe e ovali e con fiori a forma di spighe.

LE CARATTERISTICHE

Della pianta si consuma la radice, detta rizoma, che si utilizza secca e macinata. La polvere che si ottiene, fine e giallo intenso, è venduta a volte per zafferano. Se costa poco, è curcuma.

COME USARLA

Ha proprietà antiossidanti, depurative e digestive che si potenziano se è abbinata al pepe (la piperina aumenta la biodisponibilità della curcumina, principio attivo della curcuma). Il suo sapore non è molto accentuato ma pungente, come quello dello zenzero. Si sposa bene con riso, verdure, carne di pollo e uova.
È anche una delle componenti del curry. Ha inoltre un forte potere colorante, tanto da essere utilizzata per tingere i tessuti di giallo.

Polpette di riso

COSTO: basso
TEMPO: 40' + riposo
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *150 g di riso - 3 uova - 100 g di parmigiano grattugiato - 50 g di arachidi sgusciate e spellate - 3 fette spesse di ananas - 1 cucchiaio di curcuma in polvere - olio per friggere - sale - pepe*

● **Tosta le arachidi** in un padellino antiaderente, poi frullale finemente e mescolale in una ciotola con la curcuma. Ricava dalle fette di ananas circa 20 pezzi e infilzali con spiedini di legno.

● **Cuoci il riso** in una casseruola con acqua bollente salata, scolalo ben al dente, mettilo in una ciotola e lascialo intiepidire, poi incorpora 1 uovo, il parmigiano e un pizzico di pepe, mescolando, e riponi in frigo, coperto con pellicola, per 30 minuti.

● **Ricava dal composto tante polpettine** grandi come una noce, passale prima nelle uova rimaste, sbattute, e poi nella panatura di arachidi, quindi friggile in una padella con abbondante olio ben caldo per pochi minuti e scolale con un mestolo forato su carta da cucina. Completa con l'ananas e servi.

Pollo con salsa al vino

COSTO: basso
TEMPO: 35'
DIFFICOLTÀ: bassa
PER 4 PERSONE

INGREDIENTI: *600 g di petto di pollo a fette - 4 cucchiai di panna fresca - 2 cucchiai di latte - 2 cucchiai di farina - 4 cucchiai di curcuma in polvere - 200 ml di vino bianco - 1 ciuffo di coriandolo - olio di oliva extravergine - sale*

● **Batti le fette di pollo** con il batticarne e passale nella farina mescolata con 2 cucchiai di curcuma. Scalda un filo di olio in un tegame, fai rosolare la carne per un paio di minuti, a fuoco vivo, poi bagna con il vino, abbassa la fiamma e cuoci coperto per 5 minuti.

● **Mescola la panna** in una ciotola con il latte, la curcuma rimasta e un pizzico di sale, in modo da ottenere una salsina omogenea, aggiungila al pollo, mescola con cura e prosegui la cottura per 8 minuti, rigirando di tanto in tanto. Guarnisci con foglioline di coriandolo e servi a piacere con riso lessato.

ZUCCHINE IN PASTELLA

Per 4 persone, spunta 4 zucchine medie e affettale a nastro per il lungo, utilizzando preferibilmente una mandolina. Setaccia in una ciotola 150 g di farina 00 con 150 ml di acqua gassata gelata, 2 cucchiaini di curcuma in polvere e un pizzico di sale, solo per qualche secondo. Immergi i nastri di zucchina nella pastella e friggili subito in un tegame capiente con abbondante olio per friggere ben caldo. Scolali con un mestolo forato su carta da cucina e servi con spicchi di limone e a piacere con rafano a fettine.

Risotto con salmone e mais

COSTO: medio **DIFFICOLTÀ: bassa** **TEMPO: 50'** **PER 4 PERSONE**

INGREDIENTI: *250 g di riso per risotti - 200 g di salmone in tranci - 150 g di mais lessato sgocciolato - 1 cipolla - 80 g di ricotta - 20 g di parmigiano grattugiato - 800 ml circa di brodo vegetale - 100 ml di vino bianco - curcuma in polvere - erba cipollina - 4 cucchiai di olio di oliva extravergine - sale - pepe*

● **Sbuccia la cipolla**, tritala finemente e falla appassire a fuoco dolce in un tegame capiente con 2 cucchiai di olio e 1 mestolino di brodo bollente, per 20 minuti. Priva il salmone di pelle ed eventuali lische e sfaldalo con una forchetta.

● **Scalda l'olio rimasto** in una padella e fai tostare il riso per 2 minuti a fuoco vivo, poi trasferiscilo nel tegame con la cipolla, mescola, bagna con il vino, lascialo evaporare, aggiungi 2 mestoli di brodo bollente, 1 cucchiaio di curcuma e cuocilo per 10 minuti, unendo man mano altro brodo.

● **Aggiungi il salmone**, il mais e ancora un pizzico di curcuma, regola di sale e pepe e termina la cottura, bagnando con brodo bollente quando occorre. A fuoco spento, manteca con la ricotta e il parmigiano, lascia riposare per un paio di minuti, poi servi guarnendo con erba cipollina.

Agosto da bere

IL TONNO PIÙ LIGHT
Ha il 30% di grassi in meno della variante classica: è il nuovo tonno all'olio d'oliva Nostromo Linea, già sgocciolato (confezione da 3 scatole da 60 gr, € 3,19).

IL ROSSO NATO AI PIEDI DEL VULCANO
Prodotto in sole 5 mila bottiglie, Alta Mora Feudo di Mezzo Etna Rosso Doc 2014 è un Nerello Mascalese in purezza, e racconta tutta la passione per il territorio dei fratelli Cusumano (da € 38).

LA SARDA NON FILTRATA

A bassa fermentazione, è 100% puro malto d'orzo, chiaro e caramello: l'ultima nata del birrificio di Assemini, a pochi passi da Cagliari, è Ichnusa Non Filtrata. L'aspetto è velato, perché conserva i lieviti in sospensione (€ 1,40 circa).

Alleato in cucina

La grande arte olearia di Toscana è racchiusa in ogni bottiglia di Laudemio: un olio extravergine estratto rigorosamente a freddo da olive selezionate e mature al punto giusto. È ricco di polifenoli e sostanze aromatiche fragranti (€ 20).

DAL FORNO ALLA TAVOLA
Le pirofile Cottage di Henriette sono in stoneware: non temono le alte temperature del forno ma sono anche belle da portare in tavola e presentare agli ospiti. Sono disponibili in due misure e ben 6 colori (da € 28).

CREMOSA E VEGETALE
Contiene solo ingredienti biologici e vegetali, senza grassi: il dessert di Avena Bio con cacao è una pausa dolce, sana e bilanciata (2 da 100 gr, € 2,95).

BRIVIDI FRUTTATI PER I BRINDISI ESTIVI
Un'alternativa al solito Spritz? Aperitivo con spumante e Melone Bottega, liquore a base di succo di melone, grappa, alcol (€ 12).

e da mordere

TUTTO IL GUSTO DELLA SAGRA

Per celebrare la sua vocazione di liquore da festa di paese, l'Amaro Ramazzotti promuove, fino a ottobre, il progetto *Il gusto delle sagre*: con degustazioni in 20 piazze italiane, dalla Val d'Aosta alla Maremma, una guida (da scaricare su *ramazzotti1815.com*) e un blog (€ 11 la bottiglia).

IL RISO CONDITO È SERVITO

Per le insalate di riso estive, l'alleato da tenere sempre in dispensa è Peperlizia Ponti: nella versione classica o in quella light, senza aggiunta di olio (€ 2,56).

PORTA IN TAVOLA UN BRUT

Ha perlage fine e persistente e profumi di frutta e fiori freschi, con delicati sentori di lievito: il Pinot Brut di Duchessa Lia si sposa al meglio con gli antipasti i primi leggeri e i secondi di pesce delle nostre tavole estive (€ 5).

Da collezionare dalla A alla Z

Sono 26, una per ogni lettera dell'alfabeto, le etichetta della collezione Yoga Optimum "Lettere d'Italia": su ogni bottiglietta di vetro dei succo alla pera, i simboli delle città più note, da Milano a Napoli (al bar da € 1,50 l'una).

FRESCO IN VIAGGIO

In sughero, isotermico e leggero, l'astuccio Clicquot Cork Ice Jacket maniente in fresco lo Champagne, anche in viaggio (€ 70).

LA PASTA COLORATA E AROMATIZZATA

Melograno, kiwi, ananas e frutti di bosco: sono fatti di sola purea di frutta i Paccherini di Rustichella d'Abruzzo (250 gr € 4,50).

DOLCE, IPOCALORICO E NATURALE

Per bevande, torte e guarnizioni, lo Sciroppo d'Agave e Stevia di Eridania ha il 50% di calorie meno del prodotto tradizionale (200 gr, € 3,99).

IL BUON GELATO CHE SEMBRA SUSHI

Fatto con il latte delle fattorie di famiglia, il gelato realizzato dalla 30enne bresciana Ilaria Forlani è design allo stato puro: con il suo brand Glacé ha creato anche il sorprendente Sushi Gelato (da € 6 a pezzo).

OGGI CUCINO

Quindicinale - anno 7 - N. 16 - 2017
Registrazione Tribunale di Milano n. 211 del 15.4.2011

Direttore responsabile:
Umberto Brindani
Vicedirettore:
Livio Colombo
Responsabile Iniziative Speciali:
Daniela Stigliano
A cura di:
Donatella Nicolò
Impaginazione:
Agostino Tomassini (caposervizio), **Maria Francisca Tapia de Frutos**
Progetto grafico:
Massimo Barbieri
Hanno collaborato:
Stefano Lugli, Erika Riggi, Dea Verna
Coordinamento tecnico:
Allen Michi

OGGI CUCINO
è pubblicato da RCS MediaGroup S.p.A.
PRESIDENTE E AMMINISTRATORE DELEGATO
Urbano Cairo
CONSIGLIERI
Marilù Capparelli, Carlo Cimbri, Alessandra Dalmonte, Diego Della Valle, Veronica Gava, Gaetano Micciché, Stefania Petruccioli, Marco Pompignoli, Stefano Simontacchi, Marco Tronchetti Provera
DIRETTORE GENERALE NEWS
Alessandro Bompieri

Distribuzione: M-DIS Distribuzione Media S.p.A. via Cazzaniga, 1 - 20132 Milano - Tel. +39 0225821
Stampa: Rotolito Lombarda S.p.A. - via Sondrio, 3 20096 Seggiano di Pioltello (MI)
PUBBLICITÀ: RCS MediaGroup S.p.A. - Dir. Advertising & Communication Solutions - Sede Legale: via Angelo Rizzoli, 8 20132 Milano - rcs.communication.solutions@rcs.it www.rcscommunicationsolutions.it.

ISSN 2239-0930 (Print)

INDICE DELLE RICETTE

La tradizione dei vini piemontesi cambia etichetta!